



"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"16" февраля 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 16.02.2022 г.

ДЕНЬ № 3 (7-10 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
82/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,00
268/18	Омлет натуральный	150	11,2	12,6	2,8	170,00
75/18	Сыр (порционно)	30	6,96	8,85	0	107,4
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
465/18	Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	88,00
	Итого:		25,66	24,95	51,05	531,7
ОБЕД						
	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,48	0,06	1,02	6,6
118/18	Суп картофельный с фасолью	200	2,82	4,7	12,05	104,50
367/18	Курица в томватном соусе	70/40	16,9	18,3	3,8	247,00
385/18	Рис отварной	150	4,18	6,03	43,17	243,7
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
	Итого:		29,68	29,89	105,24	810,1

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.

"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"16" февраля 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 16.02.2022 г.

ДЕНЬ № 3 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	ЗАВТРАК					
82/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,00
268/18	Омлет натуральный	150	11,2	12,6	2,8	170,00
75/18	Сыр (порционно)	30	6,96	8,85	0	107,4
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
465/18	Кофейный напиток	200	2,8	2,5	13,6	88,00
	Итого:		25,66	24,95	51,05	531,7
	ОБЕД					
	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,6	6,1	8,3	94,00
118/18	Суп картофельный с фасолью	250	3,52	5,87	15,06	130,62
367/18	Курица в томатном соусе	100/50	21,12	22,88	4,75	308,75
385/18	Рис отварной	200	5,02	7,24	51,8	292,4
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
	Итого:		38,86	43,09	139,91	1104,37

Директор М.Л. Мочалов В.Л.

Зав.производством Л.С. Лихачева А.С.