



"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"26" сентября 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 7 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 3 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
268/18	Омлет натураль с маслом	170	14,62	16,49	3,65	224,91
75/18	Сыр порционнo	15	3,48	4,43	0	53,70
465/18	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,60	88,00
82/18	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
109/13	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
		Итого:	25,1	24,5	53,39	537,91
ОБЕД						
9/18	Салат из квашенной капусты с луком	60	0,96	3,66	4,98	56,4
118/18	Суп картофельный с фасолью	250	4,53	4,7	12,05	104,5
385/18	Рис отварной	150	3,765	5,43	38,85	219,90
367/18	Курица в томатном соусе	70/50	14,08	15,25	3,16	205,83
501/18	Сок	200	1	0,2	20,2	86
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
109/13	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	52,20
		Итого:	28,595	29,84	104,2	794,73



Директор _____ Мочалов В.Л.

Зав.производством _____ Лихачева А.С.

"Утверждаю"
 директор МАОУ "СОШ № 81" Козырева С.З.
 7 сентября 2022 года



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 7 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 3 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
268/18	Омлет натуральный с маслом	200	17,2	19,4	4,3	264,60
75/18	Сыр порционно	30	6,96	8,85	0	107,80
465/18	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,60	88,00
82/18	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
109/13	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
		Итого:	32,48	32,07	60,72	666,1
ОБЕД						
9/18	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	6,1	8,3	94
118/18	Суп картофельный с фасолью	250	4,53	4,7	12,05	104,5
385/18	Рис отварной	200	5,02	7,24	51,80	292,80
367/18	Курица в томатном соусе	100/40	14,62	17,12	6,63	238,63
501/18	Сок	200	1	0,2	20,2	36
108/13	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
109/13	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
		Итого:	33,97	36,32	141,86	1026,13



Директор _____ Мочалов В.Л.

Зав. производством _____ Лихачева А.С.