

"Утверждаю"  
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми  
Козырева С.З.  
"06" октября 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 10 октября 2022 г.

ДЕНЬ № 6 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
260/13	Каша "Дружба"	200	5,22	11,31	28,31	235,94
496/13	Какао с молоком 1-й вар.	200	3,53	2,95	25,00	140,65
100/13	Сыр порционно	10	2,56	2,61	0	33,73
112/13	Фрукт свежий	150	0,6	0,6	14,7	66,60
579/13	Коржик молочный	60	4,24	7,53	40,96	248,61
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
109/13	Хлеб ржаной	20	1,56	0,28	7,46	38,6
		<b>Итого:</b>	19,99	25,52	131,19	834,45
<b>ОБЕД</b>						
107/13	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,54
128/13	Борщ с капустой и картофелем со см	250/5	3,32	12,67	15,12	187,79
369/13	Жаркое по домашнему	240	27,34	18,73	23,12	370,43
520/13	Компот из свежемороженных	200	0,3	0,12	12,17	50,96
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
109/13	Хлеб ржаной	30	2,34	0,42	11,19	57,90
		<b>Итого:</b>	36,06	32,24	77,38	743,94
<b>ПОЛДНИК</b>						
496/13	Какао с молоком 1-й вар.	200	3,53	2,95	25,00	140,65
579/13	Коржик молочный	60	4,24	7,53	40,96	248,61
		<b>Итого:</b>	7,77	10,48	65,96	389,26

Директор В.Л. Мочалов Мочалов В.Л.

Старший повар С.Т. Мартиросян Мартиросян С.Т.





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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 10 октября 2022 г.

ДЕНЬ № 6 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
260/13	Каша "дружба"	200/5	5,22	11,31	28,31	235,94
496/13	Какао с молоком(1-й вариант)	200	3,53	2,95	25	140,65
100/13	Сыр порционнно	30	7,68	7,84	0	101,20
112/13	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66,6
579/13	Коржик молочный	60	4,24	7,53	40,96	248,61
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
109/13	Хлеб ржаной	40	3,12	0,56	14,92	77,2
		<b>Итого:</b>	26,67	31,03	138,65	940,52
<b>ОБЕД</b>						
107/13	Огурец соленый	100	0,8	0,1	1,7	10,9
128/13	Борщ с капустой и картофелем со сме	250/5	3,32	12,67	15,12	187,79
369/13	Жаркое по домашнему	240	27,34	18,73	23,12	370,43
520/13	Компот из свежемороженных	200	0,3	0,12	12,17	50,96
108/13	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
109/13	Хлеб ржаной	30	2,34	0,42	11,19	57,9
		<b>Итого:</b>	36,38	32,28	78,06	748,3
<b>ПОЛДНИК</b>						
567/13	Булочка российская	60	4,3	5	35,30	203
496/13	Какао с молоком(1-й вариант)	200	3,53	2,95	25	140,65
		<b>Итого:</b>	7,83	7,95	60,3	343,65



Директор В.Л. Мочалов Мочалов В.Л.

Старший повар С.Т. Мартиросян Мартиросян С.Т.