



"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
11 января 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 11 января 2023 г.

ДЕНЬ № 8 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
319/13	Пудинг творожный запеченный	150/50	31,24	10,33	62,37	467,41
100/13	Сыр твердый порционно	15	3,84	3,92	0	50,60
112/13	Фрукт свежий	150	0,6	0,6	14,7	66,6
542/13	Пирожок с повидлом	60	3,86	4,26	38,37	207,27
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
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
		Итого:	46,18	22,13	152,37	993,34
ОБЕД						
48/13	Салат из квашенной капусты с луком	60	0,96	6,05	1,95	66,13
159/13	Суп-пюре с картофелем	250	5,08	6,78	24,32	178,64
405/13	Курица в томатном соусе	70/50	3,2	8,4	4,78	107,50
291/13	Макаронные изделия отварные	150	5,64	6,27	36,01	223,07
510/13	Компот из апельсинов с яблок.	200	0,48	0,2	26,14	108,28
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
		Итого:	19,98	28,36	119,15	811,84
ПОЛДНИК						
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
542/13	Пирожок с повидлом	60	3,86	4,26	38,37	207,27
		Итого:	6,66	6,76	53,08	299,81



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.



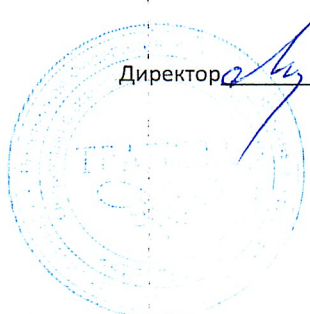
"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"11" января 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 11 января 2023 г.

ДЕНЬ № 8 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
285/18	Пудинг творожный запеч. со сг. мол	200/50	41,65	13,77	83,16	623,21
100/13	Сыр порционно	30	7,68	7,84	0	101,20
112/13	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66,6
542/13	Пирожок с повидлом	70	4,5	4,97	44,76	241,82
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
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
		Итого:	62,63	30,48	187,01	1272,89
ОБЕД						
48/13	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	10,08	3,25	110,21
159/13	Суп-пюре с картофелем	250	5,08	6,78	24,32	178,64
405/13	Курица в томатном соусе	100/40	4,57	12	6,829	153,57
291/13	Макаронные изделия отварные	200	7,52	8,36	48,01	297,43
510/13	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,2	16,16	68,36
108/13	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,64
109/13	Хлеб ржаной	40	3,12	0,56	14,92	77,2
		Итого:	26,93	38,46	143,009	1026,05
ПОЛДНИК						
542/13	Пирожок с повидлом	70	4,5	4,97	44,76	241,82
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
		Итого:	7,3	7,47	59,47	334,36



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартirosян С.Т.