



**ООО "ТРАПЕЗА"**

**Меню на 11 апреля 2023 г.**

**ДЕНЬ № 7 (7-11 лет)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
90/13	Бутерброд с сыром 1 вариант	20/20/5	6,9	9,1	9,9	149
307/13	Биточки рыбные	90	11,03	1,67	14,16	116,4
256/18	Макаронные изделия отварные	150	5,55	5,28	35,33	190,35
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>26,06</b>	<b>16,39</b>	<b>83,65</b>	<b>566,25</b>
<b>ОБЕД</b>						
106/13	Овощи натуральные (помидоры/огурцы)	60	1,14	0,18	3,78	22,80
117/18	Суп из овощей со сметаной	260	1,38	3,62	7,16	66,6
356/18	Печень по строгановски	90	14,58	12,69	5,31	193,5
237/18	Рис с овощами	150	3,8	4,1	31,4	178
504/18	Кисель	200	0	0	24	95
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	1,98	0,36	10,2	52,2
	<b>Итого:</b>	<b>820</b>	<b>25,16</b>	<b>21,19</b>	<b>96,61</b>	<b>678,6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
553/13	Шанежка с картофелем	60	6,3	6,2	33,2	214,00
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>6,6</b>	<b>6,3</b>	<b>42,7</b>	<b>254,00</b>



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартirosян С.Т.

"Утверждаю"  
 директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми  
 Козырева С.В.  
 "01" апреля 2023 года



**ООО "ТРАПЕЗА"**

**Меню на 11 апреля 2023 г.**

**ДЕНЬ № 7 (12-18 лет)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
90/13	Бутерброд с сыром 1 вариант	45	6,9	9,1	9,9	149,00
307/13	Биточки рыбные	100	13,14	2	16,86	138,57
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	0,6	39,42	253,8
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>30,02</b>	<b>12,04</b>	<b>90,44</b>	<b>651,87</b>
<b>ОБЕД</b>						
106/13	Овощи натуральные (помидоры, огурцы)	100	1,9	0,3	6,3	38,00
117/18	Суп из овощей со сметаной	260	1,73	4,53	8,95	83,25
356/18	Печень по строгановски	100	16,2	14,1	5,9	215
237/18	Рис с овощами	200	5,07	5,47	41,87	237,34
504/18	Кисель	200	0	0	24	95
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,56	0,48	29,52	141
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	1,98	0,36	10,2	52,2
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>31,44</b>	<b>25,24</b>	<b>126,74</b>	<b>861,79</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
553/13	Шанежка с картофелем	60	6,3	6,2	33,2	214,00
	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>6,6</b>	<b>6,3</b>	<b>42,7</b>	<b>254,00</b>



Директор \_\_\_\_\_ Мочалов В.Л.

Старший повар \_\_\_\_\_ Мартиросян С.Т.