

Утверждаю
 директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
 Козырева С.З.
 "01" марта 2023 года



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 13 марта 2023 г.

ДЕНЬ № 1 (7-11лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
217/18	Каша рисовая вязкая молочная	200	6,24	6,82	37,12	234,8
90/13	Бутерброд с сыром (1 вариант)	20/20/5	6,9	9,1	9,9	149
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	20	2,28	0,24	14,76	70,5
589/13	Пряник	шт	1,8	13,8	28,1	243,5
	Итого:	465	17,42	30,06	99,18	735,8
ОБЕД						
9/18	Салат из кваш. капусты с луком	100	6,3	4,32	2,16	72,60
130/18	Суп с макаронными изделиями	250	2,08	2,02	13,16	79,2
381/13	Котлета школьная	90	16,02	15,75	12,87	257,4
176/18	Рагу из овощей	180	3,45	7,43	15	142,5
496/18	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	18,3	78
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
	Итого:	880	32,81	30,42	86,45	752,4
ПОЛДНИК						
538/18	Шанежка наливная	50	3,8	3,4	20,9	130,00
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
	Итого:	250	4	3,5	30,2	168,00



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартirosян С.Т.

"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"01" марта 2023 года



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 13 марта 2023 г.

ДЕНЬ № 1 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
217/18	Каша рисовая вязкая молочная	200	6,24	6,82	37,12	234,8
90/13	Бутерброд с сыром 1 вариант	45	6,9	9,1	9,9	149
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
589/13	Пряник	40	1,8	13,8	28,1	243,5
	Итого:	515	17,42	30,06	99,18	735,8
ОБЕД						
09/18	Салат из кваш. капусты с луком	100	1,6	6,1	8,3	94,00
130/18	Суп с макаронн. Изелиями и картоф	250	2,6	2,53	16,45	99
381/13	Котлета школьная	100	17,8	17,5	14,3	286
176/18	Рагу из овощей	200	4,6	9,9	20	190
496/18	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	18,3	78
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
	Итого:	940	33,84	37,17	117,07	940,2
ПОЛДНИК						
550/13	Шанежка наливная	50	3,8	3,4	23,2	139,00
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
	Итого:	250	4	3,5	32,5	177,00



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.