



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 14 сентября 2022 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 порционнно	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 яблоками	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



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартирисян С.Т.

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



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 14 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 8 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
285/18	Пудинг творожный запеченный	200	3,73	9,87	35,47	369,33
471/18	Молоко сгущенное	50	3,6	4,25	27,75	163,5
75/18	Сыр порционно	30	6,96	8,85	0	107,40
82/18	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66
542/13	Пирожок с повидлом	70	4,2	3,73	42,6	221,67
465/18	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,60	88,00
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:	26,81	30,52	162,24	1156
ОБЕД						
9/18	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	6,1	8,3	94
159/13	Суп-пюре с картофелем	250	4,85	6,45	24,75	176,25
367/18	Курица в томатном соусе	100/40	14,62	17,12	6,63	238,63
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,044	47,1	253,8
488/18	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,5	0,2	15,6	67
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:	36,17	37,874	145,26	1040,28



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартиросян С.Т.