

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



ООО "ТРАПЕЗА"
Меню на 17 марта 2023 г.
ДЕНЬ № 5 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
9/18	Салат из кваш. капусты с луком	60	1,44	5,49	4,98	56,40
372/18	Котлеты из птицы припущенные	90	13,89	8,61	7,97	164,57
386/18	Рис припущенный	150	4,66	7,2	38,02	235,6
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
	Итого:	530	22,47	21,64	75,03	565,07
ОБЕД						
32/18	Салат из свеклы с сыром	60	1,86	5,04	4,2	69,60
135/18	Суп пюре из разных овощей	200/10	2,3	3,78	7,4	73,2
341/18	Котлета Пермская	90	12,78	7,56	8,55	153,9
171/18	Картофель тушеный с луком и томатом	150	4,1	4,7	21,7	145
486/18	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	11,1	46
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:	560	25,4	21,78	77,91	610,40
ПОЛДНИК						
493/13	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,92
564/13	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233,00
	Итого:	260	4,5	7,8	46,18	272,92



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.



ООО "ТРАПЕЗА"
Меню на 17 марта 2023 г.

ДЕНЬ № 5 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
09/18	Салат из кваш. капусты с луком	100	1,6	6,1	8,3	94,00
372/18	Котлеты из птицы припущенные	100	15,43	9,57	8,86	182,86
386/18	Рис припущенный	200	4,66	7,2	38,02	235,6
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
	Итого:	630	24,17	23,21	79,24	620,96
ОБЕД						
32/18	Салат из свеклы с сыром	100	3,1	8,4	7	116,00
135/18	Суп-пюре из разных овощей	260	47,2	4,73	9,25	91,5
341/18	Котлета Пермская	100	14,2	8,4	9,5	171
171/18	Картофель тушеный с луком и томатом	200	5,47	6,27	28,9	193,33
486/18	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	11,1	46
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:	950	76,61	28,74	105,47	811,03
ПОЛДНИК						
493/13	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,92
564/13	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233,00
	Итого:	260	4,5	7,8	46,18	272,92



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартirosян С.Т.