



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

## ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 19 сентября 2022 г.

### ДЕНЬ № 1 (7-11лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
268/13	Каша рисовая молочная с маслом	200	5,49	7,38	33,4	222,00
496/13	Какао с молоком 1-й вар.	200	3,53	2,95	25,00	140,65
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
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
		<b>Итого:</b>	17,3	15,37	95,32	588,77
<b>ОБЕД</b>						
50/13	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,05	5,02	50,97
114/13	Суп из овощей со сметаной	250/10	1,86	5,26	11,09	99,14
412/13	Котлеты куринные	90	3,49	0,84	9,34	58,86
429/13	Картофельное пюре	150	3,23	6,71	21,73	160,24
518/13	Сок	200	0	0	23,00	92,00
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
		<b>Итого:</b>	14,06	16,52	96,13	589,43



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 19 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 1 (12-18лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	<b>ЗАВТРАК</b>					
217/18	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,24	6,82	37,12	234,8
462/18	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
75/18	Сыр порционнно	30	6,96	8,85	0	107,40
82/18	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66
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
		<b>Итого:</b>	<b>22,02</b>	<b>19,89</b>	<b>93,74</b>	<b>642,3</b>
	<b>ОБЕД</b>					
26/18	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91,00
117/18	Суп из овощей со сметаной	250/10	1,73	4,53	8,95	83,25
372/18	Котлеты куриные	100	15,43	9,57	8,85	182,85
377/18	Картофельное пюре	200	4,2	8	12,22	136
501/18	Сок	200	1	0,2	20,2	86
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
		<b>Итого:</b>	<b>30,96</b>	<b>29,36</b>	<b>100,7</b>	<b>789,7</b>



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартirosян С.Т.