



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 19 декабря 2022 г.

ДЕНЬ № 6 (7-11 лет)

| № рец. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|------------------------------------|---------------|-------|-------|----------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 260/13 | Каша "Дружба" | 200 | 5,22 | 11,31 | 28,31 | 235,94 |
| 496/13 | Какао с молоком 1-й вар. | 200 | 3,53 | 2,95 | 25,00 | 140,65 |
| 100/13 | Сыр порционно | 10 | 2,56 | 2,61 | 0 | 33,73 |
| 112/13 | Фрукт свежий | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,60 |
| 579/13 | Коржик молочный | 60 | 4,24 | 7,53 | 40,96 | 248,61 |
| 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: | 19,99 | 25,52 | 131,19 | 834,45 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 107/13 | Овощи натуральные соленые | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,54 |
| 128/13 | Борщ с капустой и картофелем со см | 250/5 | 3,32 | 12,67 | 15,12 | 187,79 |
| 369/13 | Жаркое по домашнему | 240 | 27,34 | 18,73 | 23,12 | 370,43 |
| 520/13 | Компот из свежемороженых | 200 | 0,3 | 0,12 | 12,17 | 50,96 |
| 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: | 36,06 | 32,24 | 77,38 | 743,94 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 496/13 | Какао с молоком 1-й вар. | 200 | 3,53 | 2,95 | 25,00 | 140,65 |
| 579/13 | Коржик молочный | 60 | 4,24 | 7,53 | 40,96 | 248,61 |
| | | Итого: | 7,77 | 10,48 | 65,96 | 389,26 |



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.



"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"16" декабря 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 19 декабря 2022 г.

ДЕНЬ № 6 (12-18 лет)

| № рец. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|-------------------------------------|---------------|-------|-------|----------|--------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 260/13 | Каша "дружба" | 200/5 | 5,22 | 11,31 | 28,31 | 235,94 |
| 496/13 | Какао с молоком(1-й вариант) | 200 | 3,53 | 2,95 | 25 | 140,65 |
| 100/13 | Сыр порционно | 30 | 7,68 | 7,84 | 0 | 101,20 |
| 112/13 | Фрукт | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,6 |
| 579/13 | Коржик молочный | 60 | 4,24 | 7,53 | 40,96 | 248,61 |
| 108/13 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 109/13 | Хлеб ржаной | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,2 |
| | | Итого: | 26,67 | 31,03 | 138,65 | 940,52 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 107/13 | Огурец соленый | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10,9 |
| 128/13 | Борщ с капустой и картофелем со сме | 250/5 | 3,32 | 12,67 | 15,12 | 187,79 |
| 369/13 | Жаркое по домашнему | 240 | 27,34 | 18,73 | 23,12 | 370,43 |
| 520/13 | Компот из свежемороженных | 200 | 0,3 | 0,12 | 12,17 | 50,96 |
| 108/13 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 109/13 | Хлеб ржаной | 30 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,9 |
| | | Итого: | 36,38 | 32,28 | 78,06 | 748,3 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 496/13 | Какао с молоком 1-й вар. | 200 | 3,53 | 2,95 | 25,00 | 140,65 |
| 579/13 | Коржик молочный | 60 | 4,24 | 7,53 | 40,96 | 248,61 |
| | | Итого: | 7,77 | 10,48 | 65,96 | 389,26 |



Директор В.Л. Мочалов Мочалов В.Л.

Старший повар С.Т. Мартиросян Мартиросян С.Т.