



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 марта 2023 г.

ДЕНЬ № 6 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
267/18	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
217/18	Каша рисовая вязкая молочная	200	6,24	6,82	37,12	234,8
462/18	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	470	16,92	14,56	65,98	462,3
ОБЕД						
10/18	Салат из кваш. капусты с яблоком	60	0,66	3,72	3,54	50,4
100/18	Рассольник Ленинградский	200/10	1,5	4,08	10,58	85
376/18	Рагу из птицы	240	29	35,8	27,8	550,1
494/18	Компот из кураги	200	0,3	0,01	17,5	72,00
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	35,72	44,21	84,38	880,2
ПОЛДНИК						
496/13	Какао с молоком	200	3,3	2,95	25,00	140,65
579/13	Коржик молочный	60	4,24	7,53	40,96	248,61
	Итого:	260	7,54	10,48	65,96	389,26



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.



директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми

Козырева С.С.

01 марта 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 марта 2023 г.

ДЕНЬ № 6 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
267/18	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63
217/18	Каша рисовая вязкая молочная	200	6,24	6,82	37,12	234,8
462/18	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	470	16,92	14,56	65,98	462,3
ОБЕД						
окт.18	Салат из кваш. капусты с яблоком	100	1,1	6,2	5,9	84
100/18	Рассольник Ленинградский	260	1,86	5,1	13,23	106,25
376/18	Рагу из птицы	240	29	35,8	27,8	550,1
494/18	Компот из кураги	200	0,3	0,01	17,5	72,00
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:	890	38,8	47,95	104,15	1005,55
ПОЛДНИК						
496/13	Какао с молоком	200	3,53	2,95	25,00	140,65
579/13	Коржик молочный	60	4,24	7,53	40,96	248,61
	Итого:	260	7,77	10,48	65,96	389,26



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартиросян С.Т.