



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 апреля 2023 г.

ДЕНЬ № 4 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
157/18	Огурец соленый	60	1,8	2,28	3,18	40,2
261/18	Макаронные изделия запеч.с сыром	220	9,42	10,56	40,81	295,9
460/18	Чай с молоком	200	14,6	1,3	11,5	64
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>28,1</b>	<b>14,38</b>	<b>70,25</b>	<b>470,6</b>
<b>ОБЕД</b>						
66/13	Салат картофельный с сол.огурцами	60	1,02	3,18	6,3	57,6
96/18	Борщ с фасолью,картофелем и смет.	200/10	2,88	3,7	9,14	81,4
321/21	Мясо тушеное	90	14,4	13,5	4,5	197,1
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
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
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>28,49</b>	<b>26,75</b>	<b>72,23</b>	<b>704,35</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
460/18	Чай с молоком	200	14,6	1,3	11,5	64
573/13	"Гребешок" из дрожжевого теста	50	4,92	1,86	41,85	203,81
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>19,52</b>	<b>3,16</b>	<b>53,35</b>	<b>267,81</b>



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.



**ООО "ТРАПЕЗА"**

**Меню на 20 апреля 2023 г.**

**ДЕНЬ № 4 (12-18 лет)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
157/18	Огурец соленый	100	0,8	0,1	2,5	14,00
261/18	Макаронные изделия запеч.с сыром	220	9,42	10,56	40,81	295,9
460/18	Чай с молоком	200	14,6	1,3	11,5	64
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>27,1</b>	<b>12,2</b>	<b>69,57</b>	<b>444,4</b>
<b>ОБЕД</b>						
66/13	Салат картофельный с сол.огурцами	100	1,7	5,3	10,5	96
96/18	Борщ с фасолью,картофелем и смет.	260	3,6	4,625	11,425	101,75
321/21	Мясо тушеное	100	16	15	5	219
202/18	Каша гречневая	200	7,5	7,68	13,1	231,4
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
	<b>Итого:</b>	<b>950</b>	<b>35,64</b>	<b>33,455</b>	<b>97,245</b>	<b>913,35</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
460/18	Чай с молоком	200	14,6	1,3	11,5	64
573/13	"Гребешок" из дрожжевого теста	50	4,92	1,86	41,85	203,81
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>19,52</b>	<b>3,16</b>	<b>53,35</b>	<b>267,81</b>



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.