



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 2 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
295/13	Макаронные изделия с сыром	180	10,05	9,72	37,75	278,67
105/13	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,77
517/13	Йогурт порционно	100	4,1	1,5	5,9	53,50
494/13	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	10,19	41,08
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:	18,1	20	76,14	556,94
ОБЕД						
107/13	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,54
131/13	Свекольник	250	2,36	4,77	17,51	122,38
398/13	Печень говяжья по - строгоновски	70/40	19,07	16,64	6,89	253,58
237/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	7,89	39,45	263,71
510/13	Компот из апельсинов с яблок.	200	0,48	0,2	26,14	108,28
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:	35,74	30,22	116,96	882,71



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 2 (12-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
259/18	Макаронные изделия с сыром	180	11,07	9	32,31	254,7
79/18	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
517/13	Йогурт порционно	100	5	3,2	8,5	87,00
459/18	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
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
		Итого:	21,37	20,27	78,56	587,89
ОБЕД						
149/18	Огурец соленый	100	0,8	0,1	1,7	11
98/18	Свекольник	250	2,05	4,75	10,73	93,75
356/18	Печень говяжья по - строгоновски	100/40	16,2	14,1	5,9	215
202/18	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,5	7,68	13,1	231,40
488/18	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,5	0,2	15,6	67
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
		Итого:	34,25	27,79	89,91	828,75



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.