



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 22 февраля 2023 г.

ДЕНЬ № 8 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
100/13	Сыр твердый порционно	15	3,84	3,92	0	50,60
112/13	Фрукт свежий	150	0,6	0,6	14,7	66,6
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
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>	16,71	13,3	61,46	492,21
<b>ОБЕД</b>						
48/13	Салат из квашенной капусты с луком	60	0,96	6,05	1,95	66,13
144/13	Суп картофельный с горохом	250	11,62	9,8	22,2	223,42
405/13	Курица в томатном соусе	70/50	3,2	8,4	4,78	107,50
291/13	Макаронные изделия отварные	150	5,64	6,27	36,01	223,07
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
		<b>Итого:</b>	26,52	31,38	117,03	856,62
<b>ПОЛДНИК</b>						
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
542/13	Пирожок с повидлом	60	3,86	4,26	38,37	207,27
		<b>Итого:</b>	6,66	6,76	53,08	299,81



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартirosян С.Т.



«подтверждаю»  
 директор МАOU «СООШ № 81» г.Перми  
 Козырева С.С.  
 22 февраля 2023 года

**ООО "ТРАПЕЗА"**

**Меню на 22 февраля 2023 г.**

**ДЕНЬ № 8 (12-18 лет)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
100/13	Сыр порционно	30	7,68	7,84	0	101,20
112/13	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66,6
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
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
		<b>Итого:</b>	<b>22,11</b>	<b>17,5</b>	<b>68,92</b>	<b>581,41</b>
<b>ОБЕД</b>						
48/13	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	10,08	3,25	110,21
144/13	Суп картофельный с горохом	250	11,2	9,8	22,2	223,42
405/13	Курица в томатном соусе	100/40	4,57	12	6,829	153,57
291/13	Макаронные изделия отварные	200	7,52	8,36	48,01	297,43
510/13	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,48	0,2	16,16	68,36
108/13	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,64
109/13	Хлеб ржаной	40	3,12	0,56	14,92	77,2
		<b>Итого:</b>	<b>33,05</b>	<b>41,48</b>	<b>140,889</b>	<b>1070,83</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
542/13	Пирожок с повидлом	70	4,5	4,97	44,76	241,82
501/13	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	14,71	92,54
		<b>Итого:</b>	<b>7,3</b>	<b>7,47</b>	<b>59,47</b>	<b>334,36</b>



Директор \_\_\_\_\_ Мочалов В.Л.

Старший повар \_\_\_\_\_ Мартиросян С.Т.