



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 23 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 5 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
4/13	Салат из белокочанной капусты	60	0,99	6,05	5,78	81,5
412/13	Котлеты куринные	90	3,49	0,84	9,34	58,86
237/13	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	7,89	39,45	263,71
493/13	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,92
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:	17,05	15,3	86,77	552,91
ОБЕД						
7/13	Салат из моркови	60	0,69	6,05	5,44	78,93
142/13	Щи из свежей капусты с картоф.	250	2,4	6,55	11,74	115,49
335/13	Сүфле рыбное	90	17,24	9,86	7,08	186,02
291/13	Макаронные изделия отварные	150	5,64	6,27	36,01	223,07
518/13	Сок	200	0	0	23,00	92,00
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:	30,59	29,39	109,22	823,73



Директор В.Л. Мочалов Мочалов В.Л.

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

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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 23 сентября 2022 г.

ДЕНЬ № 5 (12-18лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
1/18	Салат из белокочанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
372/18	Котлеты куринные	100	15,43	9,57	8,85	182,85
202/18	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,5	7,68	13,1	231,40
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
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:	29,65	24,17	68,07	688,35
ОБЕД						
21/18	Салат из моркови	100	1,2	6,1	11,2	104
104/18	Щи из свежей капусты	250	1,58	4,5	5,78	70,00
303/18	Суфле рыбное	100	14,2	4,8	3	112
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,044	47,1	253,8
501/18	Сок	200	1	0,2	20,2	86
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:	32,58	23,604	130,16	836,4



Директор _____ Мочалов В.Л.

Старший повар _____ Мартиросян С.Т.