

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



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 29 ноября 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 | Огурец соленый | 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 - строгиновски | 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 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 563/13 | Булочка ванильная | 60 | 4,7 | 4,8 | 33,9 | 198,00 |
| 494/13 | Чай с лимоном | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 |
| | | Итого: | 4,76 | 4,81 | 44,09 | 239,08 |



Директор _____ Мочалов В.Л.

Старший повар _____ Мартиросян С.Т.


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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 29 ноября 2022 г.

ДЕНЬ № 2 (12-18 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 | 40 | 3,12 | 0,56 | 14,92 | 77,2 |
| | | Итого: | 19,66 | 20,28 | 83,6 | 595,54 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 107/13 | Огурец соленый | 100 | 0,8 | 0,1 | 1,7 | 10,9 |
| 131/13 | Свекольник | 250 | 2,36 | 4,77 | 17,51 | 122,38 |
| 398/13 | Печень говяжья по - строгиновски | 100/40 | 27,24 | 23,771 | 9,84 | 362,25 |
| 237/13 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 11,64 | 10,52 | 52,6 | 351,61 |
| 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 |
| | | Итого: | 50,2 | 40,401 | 142,25 | 1133,34 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| 563/13 | Булочка ванильная | 60 | 4,7 | 4,8 | 33,9 | 198,00 |
| 494/13 | Чай с лимоном | 200 | 0,06 | 0,01 | 10,19 | 41,08 |
| | | Итого: | 4,76 | 4,81 | 44,09 | 239,08 |


 Директор _____ Мочалов В.Л.

Старший повар _____ Мартиросян С.Т.