



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 29 декабря 2022 г.

ДЕНЬ № 4 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
313/13	Запеканка из творога со сг.молоко	150/20	34,34	8,51	28,92	329,62
495/13	Чай с молоком	200	1,4	1,25	17,33	86,19
573/13	"Гребешок"	50	4,92	1,86	41,85	203,81
112/13	Фрукт свежий	150	0,6	0,6	14,7	66,60
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:	45,1	12,74	125,02	795,14
	ОБЕД					
59/13	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	6,05	4,84	77,13
134/13	Рассольник Ленинградский со см.	250/10	2,43	6,88	17,64	142,2
385/13	Рулет из говядины паровой	90	15,77	10,12	6,29	179,28
429/13	Картофельное пюре	75	1,62	3,36	10,87	80,12
423/13	Капуста тушеная	75	1,64	2,91	7,18	61,42
519/13	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	24,63	103,76
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:	27,59	30,26	97,4	772,13
	ПОЛДНИК					
495/13	Чай с молоком	200	1,4	1,25	17,33	86,19
573/13	"Гребешок"	50	4,92	1,86	41,85	203,81
		Итого:	6,32	3,11	59,18	290



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартirosян С.Т.



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

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 29 декабря 2022 г.

ДЕНЬ № 4 (12-18лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
313/13	Запеканка из творога со сгущ. мо	200/20	45,787	11,347	38,56	439,49
495/13	Чай с молоком	200	1,4	1,25	17,33	86,19
573/13	"Гребешок"	70	6,88	2,604	58,59	285,33
112/13	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66,6
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:	60,067	16,601	158,86	1025,13
	ОБЕД					
59/13	Салат из свеклы с чесноком	100	1,383	10,083	8,067	128,55
134/13	Рассольник Ленинградский со см.	250/10	2,43	6,88	17,64	142,2
385/13	Рулет из говядины паровой	100	17,52	11,24	6,989	199,2
429/13	Картофельное пюре	100	2,16	4,48	14,49	106,83
423/13	Капуста тушенная	100	2,187	3,88	9,57	81,89
519/13	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	24,63	103,76
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:	27,59	30,26	97,4	772,13
	ПОЛДНИК					
495/13	Чай с молоком	200	1,4	1,25	17,33	86,19
573/13	"Гребешок"	70	6,88	2,604	58,59	285,33
		Итого:	6,32	3,11	59,18	290



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартиросян С.Т.