

"Утверждаю"
 директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми
 Козырева С.З.
 " 6 " января 2023 года



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 31 января 2023 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 - 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
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.



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 31 января 2023 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 - строгоновски	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.