



Утверждаю"
и о директора MAOU "СОШ № 81"

Перми

Денисова Н.А.

"01" сентября 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 10 октября 2023 г.

ДЕНЬ № 7 (7-11лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
345/13	Котлета рыбная	90	13,8	3,21	9,06	120,28
429/13	Картофельное пюре	150	3,23	6,71	21,73	160,24
105/13	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,77
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:	20,92	18,69	63,07	504,13
ОБЕД						
59/13	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	6,05	4,84	77,13
146/13	Суп картофельный с клецками	250/30	2,76	10,64	15,70	169,64
412/13	Котлеты куринные	90	3,49	0,84	9,34	58,86
423/13	Капуста тушеная	150	3,27	5,81	14,36	122,84
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:	14,97	24	93,19	648,69
ПОЛДНИК						
493/13	Чай с сахаром	200	0	0	9,98	39,92
553/13	Шанежка с картофелем	60	6,3	6,2	33,2	214,00
		Итого:	6,3	6,2	43,18	253,92



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартыросян С.Т.