



## ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 14 декабря 2023 г.

ДЕНЬ № 4 (7-11 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
313/13	Запеканка из творога со сг.молоком	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
		<b>Итого:</b>	<b>45,1</b>	<b>12,74</b>	<b>125,02</b>	<b>795,14</b>
	<b>ОБЕД</b>					
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
		<b>Итого:</b>	<b>27,59</b>	<b>30,26</b>	<b>97,4</b>	<b>772,13</b>

Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.



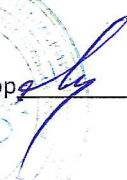
ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 14 декабря 2023 г.

ДЕНЬ № 4 (12-18лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
313/13	Запеканка из творога со сгущ. молок	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
		<b>Итого:</b>	<b>60,067</b>	<b>16,601</b>	<b>158,86</b>	<b>1025,13</b>
	<b>ОБЕД</b>					
59/13	Салат из свеклы с чесноком	100	1,38	10,08	8,06	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	6,98	199,2
429/13	Картофельное пюре	100	2,16	4,48	14,49	106,83
423/13	Капуста тушеная	100	2,18	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
		<b>Итого:</b>	<b>34,03</b>	<b>37,88</b>	<b>125,81</b>	<b>980,27</b>



Директор  Мочалов В.Л.

Старший повар  Мартиросян С.Т.