



"Утверждаю"
и о директора MAOU "СОШ № 81"

г. Перми

Денисова Н.А.

"01" сентября 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 декабря 2023 г.

ДЕНЬ № 8 (12-18 лет)

| № рец. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|------------------------------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 319/13 | Пудинг творожный запеч. со сг. мол | 200/50 | 41,65 | 13,77 | 83,16 | 623,21 |
| 100/13 | Сыр порционно | 30 | 7,68 | 7,84 | 0 | 101,20 |
| 112/13 | Фрукт | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,6 |
| 542/13 | Пирожок с повидлом | 70 | 4,5 | 4,97 | 44,76 | 241,82 |
| 501/13 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 14,71 | 92,54 |
| 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: | 62,63 | 30,48 | 187,01 | 1272,89 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 48/13 | Салат из квашенной капусты с луком | 100 | 1,6 | 10,08 | 3,25 | 110,21 |
| 159/13 | Суп-пюре с картофелем | 250 | 5,08 | 6,78 | 24,32 | 178,64 |
| 405/13 | Курица в томатном соусе | 100/40 | 4,57 | 12 | 6,829 | 153,57 |
| 291/13 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7,52 | 8,36 | 48,01 | 297,43 |
| 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: | 26,93 | 38,46 | 143,009 | 1026,05 |



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартиросян С.Т.

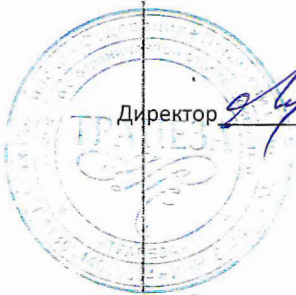


ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 20 декабря 2023 г.

ДЕНЬ № 8 (7-11 лет)

| № рец. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----------------|------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 319/13 | Пудинг творожный запеченный | 150/50 | 31,24 | 10,33 | 62,37 | 467,41 |
| 100/13 | Сыр твердый порционно | 15 | 3,84 | 3,92 | 0 | 50,60 |
| 112/13 | Фрукт свежий | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,6 |
| 542/13 | Пирожок с повидлом | 60 | 3,86 | 4,26 | 38,37 | 207,27 |
| 501/13 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 14,71 | 92,54 |
| 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: | 46,18 | 22,13 | 152,37 | 993,34 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 48/13 | Салат из квашенной капусты с луком | 60 | 0,96 | 6,05 | 1,95 | 66,13 |
| 159/13 | Суп-пюре с картофелем | 250 | 5,08 | 6,78 | 24,32 | 178,64 |
| 405/13 | Курица в томатном соусе | 70/50 | 3,2 | 8,4 | 4,78 | 107,50 |
| 291/13 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,64 | 6,27 | 36,01 | 223,07 |
| 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: | 19,98 | 28,36 | 119,15 | 811,84 |



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартиросян С.Т.