



Утверждаю"
и о директора МАОУ "СОШ № 81"
г. Перми

Денисова Н.А.

"01" сентября 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 28 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 |
| | | 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 тушенная | 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 |



Директор

Мочалов В.Л.

Старший повар

Мартиросян С.Т.



"Утверждаю"
и.о. директора МАОУ "СОШ № 81"
г. Пермь
Денисова Н.А.
"01" сентября 2023 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 28 декабря 2023 г.

ДЕНЬ № 4 (12-18 лет)

| № рец. | Наименование блюда | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|--------|---------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| 313/13 | Запеканка из творога со сгущ. молоком | 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 | 1,38 | 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 |
| | | Итого: | 34,03 | 37,88 | 125,81 | 980,27 |



Директор Мочалов В.Л.

Старший повар Мартыросян С.Т.