



"Утверждаю"
директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми
Козырева С.З.
"21" января 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 21.01.2022 г.

ДЕНЬ № 5 (7-10 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
226/18	Каша "Дружба"	200	5,24	6,68	27,62	191,6
75/18	Сыр (порционно)	30	6,96	8,85	0	107,4
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
	Итого:		14,8	15,83	51,77	409,3
ОБЕД						
001/18	Салат из белокачанной капусты	60	0,96	3,66	5,22	57,6
120/18	Суп картофельный с рыбой	200	8,86	3,14	12,86	115
371/18	Кнели из птицы с рисом	90	15,16	17,35	6,04	240,43
256/18	Макаронные изделия отварные	150	5,55	5,28	35,33	190,35
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:		35,13	30,13	93,8	765,68



Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.

"Утверждаю"
 директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми
 Козырева С.З.
 "21" января 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 21.01.2022 г.

ДЕНЬ № 5 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
226/18	Каша "Дружба"	200	5,24	6,68	27,62	191,6
75/18	Сыр (порционно)	30	6,96	8,85	0	107,4
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,6	0,4	29,3	140,6
	Итого:		17,1	16,03	66,42	479,6
ОБЕД N1						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
371/18	Кнели из птицы с рисом	100	16,85	19,28	6,71	267,14
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,044	47,1	253,8
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:		32,75	33,324	111,81	849,54
ОБЕД N2						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
120/18	Суп картофельный с рыбой	250	11,08	3,93	16,08	143,75
371/18	Кнели из птицы с рисом	100	16,85	19,28	6,71	267,14
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,044	47,1	253,8
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,6	0,4	29,6	140,6
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:		43,83	37,254	127,89	993,29

Директор 
 Мочалов В.Л.

Зав.производством 
 Лихачева А.С.