


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

**ООО "ТРАПЕЗА"**  
**ДЕНЬ № 1 (7-10 лет)**  
**Меню на 17.01.2022 г.**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	<b>ЗАВТРАК</b>					
21/18	Салат из моркови	60	0,72	3,66	6,72	62,4
338/18	Кнели говяжьи с рисом	90	13,5	13,23	4,68	191,7
256/18	Макаронные изделия отварные	150	5,55	5,28	35,33	190,35
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
	Итого:		22,27	22,47	70,68	552,75
	<b>ОБЕД N1</b>					
21/18	Салат из моркови	60	0,72	3,66	6,72	62,4
117/18	Суп из овощей со сметаной	200/10	1,38	3,62	7,16	66,6
372/18	Котлета из птицы	90	13,89	8,61	7,97	164,57
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
495/18	Компот из с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:		26,52	22,35	76,78	673,42

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.

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

**ООО "ТРАПЕЗА"**  
**ДЕНЬ № 1 (11-18 лет)**  
**Меню на 17.01.2022 г.**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
21/18	Салат из моркови	100	1,2	6,1	11,2	104
338/18	Кнели говяжьи с рисом	100	15	14,7	5,2	213
256/18	Макаронные изделия отварные	200	7,4	7,044	47,1	253,8
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
	<b>Итого:</b>		26,1	28,144	87,45	679,1
<b>ОБЕД N1</b>						
21/18	Салат из моркови	100	1,2	6,1	11,2	104
372/18	Котлета из птицы	100	15,43	9,57	8,85	182,85
202/18	Каша гречневая	200	7,5	7,68	13,1	231,4
495/18	Компот из с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84
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
	<b>Итого:</b>		31,33	24,25	93,05	794,85
<b>ОБЕД N2</b>						
21/18	Салат из моркови	100	1,2	6,1	11,2	104
117/18	Суп из овощей со сметаной	250/10	1,73	4,53	8,95	83,25
372/18	Котлета из птицы	100	15,43	9,57	8,85	182,85
202/18	Каша гречневая	200	7,5	7,68	13,1	231,4
495/18	Компот из с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84
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
	<b>Итого:</b>		33,06	28,78	102	878,1

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.