



"Утверждаю"

директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми

Козырева С.З.

"18" января 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 18.01.2022 г.

ДЕНЬ № 2 (7-10 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
001/18	Салат из белокачанной капусты	60	0,96	3,66	5,22	57,6
339/18	Котлета из говядины	90	15,66	12,42	14,04	230,4
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
484/18	Кисель	200	0	0	7,5	30
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
	Итого:		24,55	22,04	51,24	561,85
ОБЕД N1						
001/18	Салат из белокачанной капусты	60	0,96	3,66	5,22	57,6
114/18	Суп картофельный с бобовыми	200	1,76	2,74	8,78	66,8
307/18	Биточки из рыбы	90	11,03	1,67	14,16	116,4
3477/18	Картофельное пюре	150	3,15	6	9,165	102
494/18	Компот из кураги	200	0,3	0,01	17,5	72
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:		21,5	14,68	79,825	537,1

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.





ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 18.01.2022 г.

ДЕНЬ № 2 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
339/18	Котлета из говядины	100	17,4	13,8	15,6	256
202/18	Каша гречневая	200	7,5	7,68	13,1	231,4
484/18	Кисель	200	0	0	7,5	30
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
	Итого:		28,8	27,78	59,55	683,7
ОБЕД N1						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
307/18	Биточки из рыбы	100	12,26	1,86	15,73	129,33
3477/18	Картофельное пюре	200	4,2	8	12,22	136
494/18	Компот из кураги	200	0,3	0,01	17,5	72
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:		24,96	16,77	93,95	625,93
ОБЕД N2						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
114/18	Суп картофельный с бобовыми	250	2,2	3,43	10,97	83,5
307/18	Биточки из рыбы	100	12,26	1,86	15,73	129,33
3477/18	Картофельное пюре	200	4,2	8	12,22	136
494/18	Компот из кураги	200	0,3	0,01	17,5	72
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:		27,16	20,2	104,92	709,43

Директор Мочалов В.Л.

Зав.производством Лихачева А.С.