




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

ООО "ТРАПЕЗА"

**Меню на 14.01.2022 г.
ДЕНЬ № 10 (7-10 лет)**

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	ЗАВТРАК					
367/18	Птица в соусе с томатом	90/20	14,08	15,25	3,16	205,8
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:		22,13	20,83	62,44	504,45
	ОБЕД N1					
25/18	Салат из моркови с зел. горошком	60	1,14	3,66	3,48	51,6
101/18	Рассольник домашний	200/10	1,56	4,06	10,76	85,8
376/18	Рагу из птицы	180	16,5	20,4	13,9	305
495/18	Компот из с/ф	200	0,6	0,1	20,1	84
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:		24,1	28,82	73,09	648,7

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.

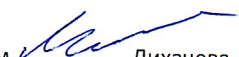
"Утверждаю"
 директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми
 Козырева С.З.
 "14" января 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 14.01.2022 г.
 ДЕНЬ №10 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
367/18	Птица в смюсе с томатом	100/30	16,9	18,3	3,8	247
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	60	4,6	0,4	29,3	140,6
	Итого:		29,1	25,844	89,5	679,4
ОБЕД N1						
25/18	Салат из моркови с зел. горошком	100	1,9	6,1	5,8	86
376/18	Рагу из птицы	220	20,74	25,65	17,47	383,43
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
	Итого:		29,84	32,65	83,17	746,03
ОБЕД N2						
25/18	Салат из моркови с зел. горошком	100	1,9	6,1	5,8	86
101/18	Рассольник домашний	250/10	1,95	5,08	13,45	107,25
376/18	Рагу из птицы	220	20,74	25,65	17,47	383,43
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
	Итого:		31,79	37,73	96,62	853,28

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.