

"утверждаю"  
 директор МАОУ "СОШ №81" г.Перми  
 Козырева С.З.  
 "26" января 2022 года

ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 27 января 2022 г.

ДЕНЬ № 9 (7-10 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
268/18	Омлет натуральный	150	11,2	12,6	2,8	170,00
73/18	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1,6	3,8	22	121,00
457/18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
	<b>Итого:</b>		16,3	16,9	68,95	485,3
<b>ОБЕД</b>						
001/18	Салат из белокачанной капусты	60	0,96	3,66	5,22	57,6
113/18	Суп картофельный	200	1,94	2,08	13	78,4
375/18	Плов из отварной птицы	180	18,08	20,4	23,4	349,71
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
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
	<b>Итого:</b>		26,28	26,94	86,67	694,01

Директор  Мочалов В.Л.

Зав.производством  Лихачева А.С.

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



ООО "ТРАПЕЗА"

Меню на 27 января 2022 г.  
ДЕНЬ № 9 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>						
268/18	Омлет натуральный	200	17,23	19,38	4,3	261,54
73/18	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1,6	3,8	22	121
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
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
	<b>Итого:</b>		22,33	23,68	70,45	576,84
<b>ОБЕД N1</b>						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
375/18	Плов из отварной птицы	210	21,1	23,8	27,3	408
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
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>		30,3	30,9	96	782,6
<b>ОБЕД N2</b>						
001/18	Салат из белокачанной капусты	100	1,6	6,1	8,7	96
113/18	Суп картофельный	250	2,43	2,6	16,25	98
375/18	Плов из отварной птицы	210	21,1	23,8	27,3	408
501/18	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
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>		32,73	33,5	112,25	880,6



Директор Мочалов В.Л.

Зав.производством Лихачева А.С.