



"Утверждаю"
директор ООО "ТРАПЕЗА"
Мочалов В.Л.
"01" марта 2022 г.



"Согласовано"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"17" марта 2022 г.

ООО "ТРАПЕЗА"
МЕНЮ на 14.03.2022 г.
ДЕНЬ № 1 (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
075/18	Сыр (порционно)	30	6,96	8,85	0	107,4
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
082/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,00
	Итого:		15,2	16,23	61,57	453,3
	ОБЕД					
082/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,00
117/18	Суп из овощей со сметаной	200/10	1,38	3,62	7,16	66,6
372/18	Биточек из птицы	90	13,89	8,61	7,97	164,57
202/18	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,55
459/18	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
	Итого:		25,9	19,09	69,26	611,02

Старший повар М.В.Р. /Мартиросян С.Т./



"Утверждаю"
директор ООО "ТРАПЕЗА"
Мочалов В.Л.
"01" марта 2022 г.



"Согласовано"
директор МАОУ "СОШ № 81" г.Перми
Козырева С.З.
"01" марта 2022 г.

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 14.03.2022 г.

ДЕНЬ № 1 (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
82/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
	Итого:	17,5	16,43	76,22	523,6	
	ОБЕД №1					
82/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,00
372/18	Биточек из птицы	100	15,43	9,57	8,85	182,85
202/18	Каша гречневая	200	7,5	7,68	13,1	231,4
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	29,6	140,6
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,4	10,2	52
	Итого:	30,23	18,55	81,05	690,85	
	ОБЕД №2					
82/18	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44
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
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:	31,96	23,08	90	774,1	

Старший повар  /Мартирисян С.Т./