

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

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

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 22.03.2022 г.  
ДЕНЬ № 2 (7-10 лет)

| № рец. | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Белки | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
|--------|--|----------------|-------|--------|----------|--------------|
|        | <b>ЗАВТРАК</b>                                 |                |       |        |          |              |
| 189/18 | Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком | 180/30         | 17,7  | 11,5   | 36,1     | 308,3        |
| 554/13 | Плюшка с сахаром                               | 60             | 4,11  | 8,057  | 33,43    | 222,86       |
| 459/18 | Чай с сахаром и лимоном                        | 200            | 0,3   | 0,1    | 9,5      | 40,00        |
| 108/13 | Хлеб пшеничный иодированный                    | 30             | 2,28  | 0,24   | 14,76    | 70,5         |
|        | <b>Итого:</b>                                  |                | 24,39 | 19,897 | 93,79    | 641,66       |
|        | <b>ОБЕД</b>                                    |                |       |        |          |              |
| 26/18  | Салат из свеклы отварной                       | 60             | 0,84  | 3,66   | 4,56     | 54,6         |
| 144/13 | Суп картофельный с бобовыми и гренками         | 200            | 1,76  | 2,74   | 8,78     | 66,8         |
| 375/18 | Плов из отварной птицы                         | 180            | 18,08 | 20,4   | 23,4     | 349,71       |
| 494/18 | Компот из кураги                               | 200            | 0,3   | 0,01   | 17,5     | 72,00        |
| 108/13 | Хлеб пшеничный иодированный                    | 30             | 2,28  | 0,24   | 14,76    | 70,5         |
| 109/13 | Хлеб ржаной иодированный                       | 30             | 1,98  | 0,36   | 10,2     | 52,20        |
|        | <b>Итого:</b>                                  |                | 25,24 | 27,41  | 79,2     | 665,81       |

Старший повар  /Мартиросян С.Т./

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

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

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 22.03.2022 г.  
ДЕНЬ № 2 (11-18 лет)

| № рец.         | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Белки | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
|----------------|--|----------------|-------|--------|----------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |  |                |       |        |          |              |
| 189/18         | Запеканка из творога с морковью и сгущ.молоком | 180/30         | 17,7  | 11,5   | 36,1     | 308,3        |
| 554/13         | Плюшка с сахаром                               | 60             | 4,11  | 8,057  | 33,43    | 222,86       |
| 459/18         | Чай с сахаром и лимоном                        | 200            | 0,3   | 0,1    | 9,5      | 40,00        |
| 108/13         | Хлеб пшеничный иодированный                    | 30             | 2,28  | 0,24   | 14,76    | 70,5         |
|                | <b>Итого:</b>                                  |                | 24,39 | 19,897 | 93,79    | 641,66       |
| <b>ОБЕД</b>    |  |                |       |        |          |              |
| 26/18          | Салат из свеклы отварной                       | 60             | 0,84  | 3,66   | 4,56     | 54,6         |
| 144/13         | Суп картофельный с бобовыми и гречками         | 200            | 1,76  | 2,74   | 8,78     | 66,8         |
| 375/18         | Плов из отварной птицы                         | 180            | 18,08 | 20,4   | 23,4     | 349,71       |
| 494/18         | Компот из кураги                               | 200            | 0,3   | 0,01   | 17,5     | 72,00        |
| 108/13         | Хлеб пшеничный иодированный                    | 30             | 2,28  | 0,24   | 14,76    | 70,5         |
| 109/13         | Хлеб ржаной иодированный                       | 30             | 1,98  | 0,36   | 10,2     | 52,20        |
|                | <b>Итого:</b>                                  |                | 25,24 | 27,41  | 79,2     | 665,81       |

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