

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

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

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 10.03.2022 г.
ДЕНЬ № 9 (7-10 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ЗАВТРАК						
268/18	Омлет натуральный	150	11,2	12,6	2,8	170,00
073/18	Бутерброд с джемом или повидлом	40	1,6	3,8	22,00	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	70,30
501/18	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,2	86,00
	Итого:	16,3	16,9	68,95	485,30	
ОБЕД						
056/18	Овощи консервированные (зел.горошек)	60	2,2	2,5	5,9	55,4
113/18	Суп картофельный	200	1,94	2,08	13,00	78,4
375/18	Плов из отварной птицы	180	18,08	20,4	23,4	349,71
501/18	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,2	86,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	30	2,3	0,2	14,65	70,3
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
	Итого:	27,52	25,78	87,35	691,81	

Старший повар Мерз /Мартиросян С.Т./



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



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

ООО "ТРАПЕЗА"

МЕНЮ на 10.03.2022 г.

ДЕНЬ № 9 (11-18 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть
ЗАВТРАК						
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	22,00	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	70,30
501/18	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,2	86,00
	Итого:	22,33	23,68	70,45	576,84	
ОБЕД N1						
56/18	Овощи консервированные (зел.горошек)	100	3,6	4,2	9,8	92,3
375/18	Плов из отварной птицы	210	21,1	23,8	27,3	408,00
501/18	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,2	86,00
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	52,00
	Итого:	32,3	29,00	97,1	778,9	
ОБЕД N2						
56/18	Овощи консервированные (зел.горошек)	100	3,6	4,2	9,8	92,3
113/18	Суп картофельный	250	2,43	2,6	16,25	98,00
375/18	Плов из отварной птицы	210	21,1	23,8	27,3	408,00
501/18	Сок фруктовый	200	1,00	0,2	20,2	86,00
108/13	Хлеб пшеничный иодированный	60	4,60	0,4	29,6	140,6
109/13	Хлеб ржаной иодированный	30	2,00	0,4	10,2	52,00
	Итого:	34,73	31,6	113,35	876,9	

Старший повар М.С.А. /Мартиросян С.Т./