



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фомин

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню

четверг

" 12 " декабря 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

| Выход, г | Название | Ед. изм. | Цена, руб |
|---------------------|---|----------|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 150/200 | Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 25,72/34,23 г, Жиры - 27,35/36,76 г, Углеводы - 4,57/6,07 г, Калорийность - 367,58/492,4 ккал | пор | |
| 200/200 | Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,074 г, Калорийность - 124,37 ккал | пор | |
| 40/40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| 120/120 | Фрукт (яблоки) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал | пор | |
| 510/560 | Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,44/40,96 г, Жиры - 30,66/40,07 г, Углеводы - 58,08/59,58 г, Калорийность - 642,35/767,17 ккал | | |
| Стоимость | | | 82,96/96,46 |
| Обед | | | |
| 60/100 | Салат из моркови с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,75/1,25 г, Жиры - 0,06/0,10 г, Углеводы - 7,00/11,61 г, Калорийность - 32,27/53,55 ккал | пор | |
| 200/250 | Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: Белки - 7,7/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность - 136,72/156,98 ккал | пор | |
| 90/100 | Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 21,53/25,07 г, Жиры - 5,77/6,05 г, Углеводы - 1,31/1,37 г, Калорийность - 143,35/160,3 ккал | пор | |
| 150/180 | Каша перловая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,63 г, Жиры - 4,18/5,01 г, Углеводы - 33,52/40,22 г, Калорийность - 190,55/228,66 ккал | пор | |
| 180/180 | Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность - 104,45 ккал | пор | |
| 30/40 | Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал | пор | |
| 30/40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал | пор | |
| 740/890 | Пищевая ценность обеда: Белки - 35,06/42,00 г, Жиры - 31,72/35,88 г, Углеводы - 117,64/143,86 г, Калорийность - 868,04/1032,79 ккал | | |
| Стоимость | | | 124,44/144,67 |
| Полдник | | | |
| 100/150 | Сдоба Плюшка | пор | |
| 200/200 | Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал | пор | |
| 300/350 | Пищевая ценность полдника: Белки - 5,60 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал | | |
| Стоимость | | | 62,22/72,33 |
| ИТОГО: 1550/1800 | Пищевая ценность дня: Белки - 73,10/88,56 г, Жиры - 67,39/80,94 г, Углеводы - 185,12/212,85 г, Калорийность - 1615,39/1904,96 ккал | | |

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

