



Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню за наличный расчет

среда

" 19 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20 / 20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки -14,35/15,81 г, Жиры - 13,61/14,55 г, Углеводы -12,50/14,58, Калорийность - 225,79/246,86 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,80 г, Жиры - 0,32/0,40 г, Углеводы - 19,68/24,60 г, Калорийность - 94,00/117,50 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,88/26,99 г, Жиры - 21,19/23,16 г, Углеводы - 80,39/91,39 г, Калорийность - 602,94/675,68 ккал		
Стоимость			87,10/101,28

Обед			
60/100	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,60 г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,80 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,09 г, Жиры - 4,08/5,34 г, Углеводы - 10,71/17,69 г, Калорийность - 88,53/130,16 ккал	пор	
240/280	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 19,94/23,26 г, Жиры - 23,13/26,99 г, Углеводы - 50,08/58,42 г, Калорийность - 457,16/533,36 ккал	пор	
180/180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 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 - 30,78/37,81 г, Жиры - 28,94/34,70 г, Углеводы - 111,48/140,52 г, Калорийность - 793,37/983,72 ккал		
Стоимость			130,67/151,90

Полдник			
100/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,58/12,88 г, Жиры - 10,64/15,97 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 309,30/464,04 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,78/13,09 г, Жиры - 10,69/16,03 г, Углеводы - 62,09/87,02 г, Калорийность - 362,69/517,43 ккал		
Стоимость			65,33/75,95

ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,43/77,89 г, Жиры - 60,82/73,88 г, Углеводы - 253,95/318,92 г, Калорийность - 1759,00/2176,83 ккал		
---------------------	--	--	--

Зав. производством:



(Кислицына В. В.)