

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" А. А. Аверьянов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ №3 Гайдаева С. К.

Меню

пятница

"16" мая 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50/50	Вафли Пищевая ценность: Белки - 2,25 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 35,00 г, Калорийность - 110,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Каша молочная "Дружба" с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,83/7,29 г, Жиры - 6,71/8,2 г, Углеводы - 33,77/42,43 г, Калорийность - 219,47/273,57 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,057 г, Углеводы - 0,077 г, Калорийность - 1,685 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,11/13,57 г, Жиры - 18,17/19,66 г, Углеводы - 93,45/102,11 г, Калорийность - 448,66/502,76 ккал		
Стоимость		87,10/101,28	
Обед			
55/5 91/9	Салат из свеклы с сыром Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,67 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,66/7,77 г, Калорийность - 67,81/113,01 ккал	пор	
200/250	Суп из овощей Пищевая ценность: Белки - 4,19/4,57 г, Жиры - 4,29/5,34 г, Углеводы - 11,42/14,28 г, Калорийность - 86,87/105,88 ккал	пор	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,09/15,61 г, Жиры - 17,58/18,80 г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 275,70/300,08 ккал	пор	
150/180	Макаронные изделия отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
180/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,13 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 22,38 г, Калорийность - 92,54 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,85/38,15г, Жиры - 31,22/37,76 г, Углеводы - 126,23/152,61 г, Калорийность - 893,60/1078,77 ккал		
Стоимость		130,67/151,90	
Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 11,92/17,88 г, Жиры - 12,68/19,01 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 471,81/707,71	пор	
200/200	Чай смолочком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,3 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 13,57/19,53г, Жиры - 13,98/20,32 г, Углеводы - 93,08/131,89 г, Калорийность - 552,19/788,10 ккал		
Стоимость		65,33/75,95	
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 57,52/71,24 г, Жиры - 63,37/77,74 г, Углеводы - 312,76/386,61 г, Калорийность - 1894,45/2369,62 ккал		

Зав. производством

(Кислицына В. В.)