

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.

Меню

вторник

" 20 " мая 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
140/10	Рожки отварные с сыром	пор	
185/15	Пищевая ценность: Белки - 9,01/12,46 г, Жиры - 6,27/9,27 г, Углеводы - 40,94/54,65 г, Калорийность - 256,88/352,87 ккал		
196/4	Чай с лимоном	пор	
196/4	Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
40/40	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал		
110/110	Фрукты (яблоки)	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал		
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,73/16,18 г, Жиры - 7,08/10,09 г, Углеводы - 84,57/98,27 г, Калорийность - 457,33/553,32 ккал		
Стоимость		87,10/101,28	
Обед			
60/100	Салат картофельный с морковью и зел. Горошком	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 2,58/4,29 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,13/10,22 г, Калорийность - 81,05/135,09 ккал		
194/6	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	пор	
242/8	Пищевая ценность: Белки - 5,20/6,5 г, Жиры - 5,29/6,61 г, Углеводы - 13,93/17,41 г, Калорийность - 110,71/138/40 ккал		
90/100	Котлеты рубленые из мяса	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 14,35/15,81 г, Жиры - 13,61/14,55 г, Углеводы - 12,50/14,58 г, Калорийность - 225,79/246,86 ккал		
150/180	Каша гречневая вязкая	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,70/5,59 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал		
180/180	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,40 ккал		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	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		
30/40	Хлеб пшеничный	пор	
	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		
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,85/38,83 г, Жиры - 29,42/36,46 г, Углеводы - 95,03/118,43 г, Калорийность - 755,56/935,92 ккал		
Стоимость		130,67/151,90	
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 7,78/11,65 г, Жиры - 10,70/16,05 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 332,04/498,16 ккал		
200/200	Чай без сахара	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,69 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 7,99/11,87 г, Жиры - 10,75/16,11 г, Углеводы - 51,14/76,69 г, Калорийность - 333,72/499,85 ккал		
Стоимость		65,33/75,95	
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 52,57/66,88 г, Жиры - 47,25/62,65 г, Углеводы - 230,75/293,39 г, Калорийность - 1546,61/1989,09 ккал		

Зав. производством

(Кислицына В. В.)