

Утверждаю:

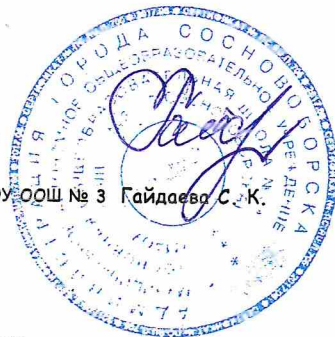
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" А. А. Аверьянов



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню

пятница

" 23 " мая 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным Пищевая ценность: Белки - 25,07/29,84 г, Жиры - 14,58/18,01 г, Углеводы - 36,46/39,84 г, Калорийность - 382,42/446,9 ккал	пор	
180/20			
200/200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
110/110	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал	пор	
520/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,43/37,20 г, Жиры - 18,45/21,67 г, Углеводы - 85,10/88,48 г, Калорийность - 645,55/710,03 ккал		
Стоимость		87,10/101,28	
Обед			
60/100	Икра свекольная Пищевая ценность: Белки - 1,01/1,69 г, Жиры - 3,09/5,14г, Углеводы - 7,66/12,77 г, Калорийность - 52,85/88,08 ккал	пор	
200/250	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,54 г, Жиры - 2,39/2,97 г, Углеводы - 10,58/13,22 г, Калорийность - 67,15/81,24 ккал	пор	
90/30	Тефтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 11,70/12,92 г, Жиры - 13,86/15,91 г, Углеводы - 22,08/25,36, Калорийность - 215,30/241,15 ккал	пор	
100/30			
150/180	Макаронные изделия отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,65/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов и яблок Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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 - 28,37/33,56 г, Жиры - 24,23/30,21 г, Углеводы - 128,77/158,03 г, Калорийность - 680,57/952,32 ккал		
Стоимость		130,67/151,90	
Полдник			
100/150	Сдоба обыкновенная Пищевая ценность: Белки - 9,39/14,09 г, Жиры - 7,39/11,09 г, Углеводы - 66,49/99,75 г, Калорийность - 369,59/554,46 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,59/14,29 г, Жиры - 7,44/11,14 г, Углеводы - 79,54/112,79 г, Калорийность - 422,98/607,85 ккал		
Стоимость		65,33/75,95	
1590/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 70,39/85,06 г, Жиры - 50,11/63,21 г, Углеводы - 293,41/359,30 г, Калорийность - 1849,11/2270,20 ккал		

Зав. производством



(Кислицына В. В.)