

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.

**Меню**

среда

" 02 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
20 / 20	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки -17,05/18,94 г, Жиры - 15,17/16,86 г, Углеводы -13,86/15,40, Калорийность - 251,97/279,98 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
<b>500/550</b>	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Кукуруза порционно</b> 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	<b>Рассольник московский со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,18 г, Жиры - 4,08/5,1 г, Углеводы - 10,71/13,38 г, Калорийность - 88,53/110,67 ккал	пор	
200/250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 452,02/574,98 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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	
<b>700/860</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 30,92/39,80 г, Жиры - 13,52/18,12 г, Углеводы - 100,24/130,94 г, Калорийность - 627,19/822,83 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Сдоба с сахаром</b>	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
<b>300/350</b>	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,040 г, Калорийность - 53,390 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
<b>ИТОГО: 1500/1760</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 55,00/67,00 г, Жиры - 34,75/41,33 г, Углеводы - 193,67/235,37 г, Калорийность - 1283,51/1551,89 ккал</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_ ( Кислицына В. В.)