



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню
вторник

" 08 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12,00 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 451,02/574,98 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	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,61/31,78 г, Жиры - 11,29/13,99 г, Углеводы - 92,41/102,42 г, Калорийность - 563,23/644,71 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42/6,51 г, Жиры - 0,06/0,01 г, Углеводы - 1,14/1,90 г, Калорийность - 6,60/11,00 ккал	пор	
194/6	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,48 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,27 г, Жиры - 13,53/14,77 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 ккал	пор	
150/180	Рожки 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	Компот из яблок и лимона Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,13 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 - 30,90/36,95 г, Жиры - 23,97/27,84 г, Углеводы - 114,56/139,22 г, Калорийность - 779,49/932,53 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,050 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 65,31/80,33 г, Жиры - 41,61/51,33 г, Углеводы - 274,12/335,83 г, Калорийность - 1712,11/2104,63 ккал		
1540/1790			

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

