

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ №3 Гайдаева С.К.



Меню

пятница

"10" января 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 - 13,41/14,86 г, Жиры - 23,70/25,54 г, Углеводы - 16,38/18,45 г, Калорийность - 323,30/352,44 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 | 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 - 31,16/37,40 г, Жиры - 37,34/44,50 г, Углеводы - 125,03/151,29 г, Калорийность - 941,20/1131,13 ккал | | |
| Стоимость | | 130,67/151,90 | |
| Полдник | | | |
| 100/150 | Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,30/18,46 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал | пор | |
| 200/200 | Чай смолоком 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 - 13,95/20,11 г, Жиры - 14,06/20,44 г, Углеводы - 93,08/131,89 г, Калорийность - 554,45/791,48 ккал | | |
| Стоимость | | 65,33/75,95 | |
| ИТОГО: 1570/1820 | Пищевая ценность дня: Белки - 57,22/71,07 г, Жиры - 69,57/84,59 г, Углеводы - 311,56/385,29 г, Калорийность - 1944,31/2425,36 ккал | | |

Зав. производством



(Кислицына В. В.)