

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3: Гайдаева С. К.



**Меню**  
**вторник**

" 14 " января 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
240/280	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 19,94/23,26 г, Жиры - 23,13/26,99 г, Углеводы - 50,08/58,43 г, Калорийность - 457,16/533,36 ккал	пор	
196/4	<b>Чай с лимоном</b>	пор	
196/4	Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал		
20/20	<b>Печенье</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал		
500/550	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,78/28,86 г, Жиры - 26,58/30,52 г, Углеводы - 96,78/110,05 г, Калорийность - 693,91/793,60 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из моркови с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 0,55/0,91 г, Жиры - 3,69/6,16 г, Углеводы - 7,69/12,79 г, Калорийность - 67,08/111,68 ккал	пор	
194/6	<b>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</b>	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	<b>Котлеты рубленые из мяса</b>	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	<b>Рожки отварные</b>	пор	
	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		
180/180	<b>Компот из яблок и лимона</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,13 ккал		
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	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	<b>Хлеб пшеничный</b>	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	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 31,64/37,71 г, Жиры - 27,67/33,68 г, Углеводы - 118,02/146,90 г, Калорийность - 835,39/1025,32 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,02 г, Жиры - 10,75/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 333,49/500,34 ккал	пор	
200/200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,69 ккал	пор	
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 8,23/12,24 г, Жиры - 10,81/16,19 г, Углеводы - 51,14/76,69 г, Калорийность - 335,17/502,02 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 64,65/78,81 г, Жиры - 65,06/80,38 г, Углеводы - 265,94/333,63 г, Калорийность - 1864,48/232095 ккал</b>		
1540/1790			

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

