



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Г.В. Фионов

Согласовано:

Директор MAOU ООШ № 3 Гайдаева С.К.



Меню

вторник

" 21 " января 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,70 г, Жиры - 11,50 г, Углеводы - 0,70 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
195/5 244/6	Каша рисовая молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 6,38/7,81 г, Углеводы - 37,74/47,30 г, Калорийность - 230,84/287,70 ккал	пор	
200/200	Чай с молоком с сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 2361/25,01 г, Жиры - 19,58/21,01 г, Углеводы - 78,48/88,04 г, Калорийность - 585,73/642,59 ккал		
Стоимость			87,10/101,28

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,67/1,12 г, Жиры - 3,71/6,19 г, Углеводы - 3,64/6,06 г, Калорийность - 51,59/85,98 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,55 г, Жиры - 2,31/3,37 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,34 ккал	пор	
90/100	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 15,39/17,11 г, Жиры - 11,33/12,59 г, Углеводы - 15,74/17,49 г, Калорийность - 194,40/215,99 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 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 - 28,38/33,17 г, Жиры - 22,44/28,55 г, Углеводы - 97,22/118,98 г, Калорийность - 659,45/814,59 ккал		
Стоимость			130,67/151,90

Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,02 г, Жиры - 10,75/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 33,49/500,34 ккал	пор	
200/200	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,11/13,12 г, Жиры - 10,95/16,33 г, Углеводы - 75,47/101,01 г, Калорийность - 435,49/602,34 ккал		
Стоимость			65,33/75,95
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 61,09/71,30 г, Жиры - 52,97/65,88 г, Углеводы - 251,16/308,04 г, Калорийность - 1680,67/2059,52 ккал		

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

