



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню
вторник

" 28 " января 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
240/280	Плов из мяса птицы 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	Чай с лимоном	пор	
196/4	Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
50/50	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал		
20/20	Печенье	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал		
500/550	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		
Стоимость		87,10/101,28	
Обед			
60/100	Салат из моркови с яблоком 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	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	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	Котлеты рубленые из мяса 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	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 - 31,64/37,71 г, Жиры - 27,67/33,68 г, Углеводы - 118,02/146,90 г, Калорийность - 835,39/1025,32 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 - 333,49/500,34 ккал	пор	
200/200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,69 ккал	пор	
300/350	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		
Стоимость		65,33/75,95	
ИТОГО: 1540/1790	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		

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

