

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор MAOU OOSH № 3 Гайдаева С. К.

Меню

среда

" 29 " января 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
20/20	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
198/2 247/3	<b>Каша геркулесовая с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 5,42/6,77 г, Жиры - 4,96/6,20 г, Углеводы - 26,73/33,46 г, Калорийность - 173,71/217,34 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с молоком и сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 ккал	пор	
80/80	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 6,08 г, Жиры - 0,64 г, Углеводы - 39,36 г, Калорийность - 188,00 ккал	пор	
500/550	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,35/19,70 г, Жиры - 12,12/13,36 г, Углеводы - 81,53/88,26 г, Калорийность - 510,90/554,53 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из белокочанной капусты</b> Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,06/5,10 г, Углеводы - 7,54/14,49 г, Калорийность - 53,01/88,21 ккал	пор	
200/250	<b>Суп-лапша домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 3,94/4,25 г, Жиры - 4,70/5,86 г, Углеводы - 11,33/14,16 г, Калорийность - 37,18/43,78 ккал	пор	
90/100	<b>Гуляш из птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 12,84/14,20 г, Жиры - 17,41/18,70 г, Углеводы - 9,36/11,09 г, Калорийность - 216,83/234,31 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57 ккал	пор	
180/180	<b>Напиток из плодов шиповника</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 27,64/32,40 г, Жиры - 30,70/36,57 г, Углеводы - 95,40/120,67 г, Калорийность - 675,28/812,13 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с картофельной начинкой</b> Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,70/77,96 г, Калорийность - 320,73/481,18 ккал	пор	
200/200	<b>Сок в ассортименте</b> Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72/14,05 г, Жиры - 10,97/16,36 г, Углеводы - 76,10/102,36 г, Калорийность - 422,73/583,18 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
ИТОГО 1540/1790	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 55,71/66,15 г, Жиры - 53,80/66,30 г, Углеводы - 253,03/311,30 г, Калорийность - 1608,91/1949,84 ккал</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

( Кислицына В. В. )

