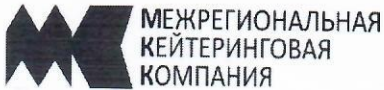


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ №3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 08.11.2022 г.
Вторник - 1
6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты, приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
60/100	Салат из моркови с сахаром, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,75 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 7,00 г, Калорийность - 32,27 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал	под	
155/25 172/28	Рожки отварные с сыром, 155/25, 172/28 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	под	
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	под	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 110,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	под	
ИТОГО: 490,00 гр/ 570,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,12 г, Жиры - 14,60 г, Углеводы - 94,17 г, Калорийность - 598,95 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,70 г, Жиры - 16,42 г, Углеводы - 112,97 г, Калорийность - 705,02 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из тсвеклы отварной, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,10 г, Калорийность - 51,33 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	под	
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной, 200/ 250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,81 г, Жиры - 2,33 г, Углеводы - 2,92 г, Калорийность - 41,59 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,09 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 7,59 г, Калорийность - 105,77 ккал	под	
45/45, 50/50	Гуляш из птицы (грудки филе), 45/45, 50/50 6-10 Пищевая ценность: Белки - 16,49 г, Жиры - 6,31 г, Углеводы - 6,69 г, Калорийность - 134,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,23 г, Жиры - 6,45 г, Углеводы - 8,09 г, Калорийность - 143,41 ккал	под	
150/180	Каша рисовая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,34 г, Калорийность - 226,97 ккал	под	
180/180	Чай с сахаром, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 47,95 ккал	под	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,70 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,60 г, Калорийность - 105,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	под	
20/40	Хлеб пшеничный, 20/40 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал		
ИТОГО: 750,00 гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 27,60 г, Жиры - 16,85 г, Углеводы - 90,67 г, Калорийность - 612,09 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 35,02 г, Жиры - 24,01 г, Углеводы - 124,83 г, Калорийность - 845,46 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Кампот из абрикосов, 200/200 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	под	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	под	
ИТОГО: 300,00 гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,56 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 98,15 г, Калорийность - 557,83 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 18,71 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 136,96 г, Калорийность - 794,86 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1540,00 гр/ 1 840,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 62,28 г, Жиры - 44,21 г, Углеводы - 282,98 г, Калорийность - 1768,86 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 79,43 г, Жиры - 59,56 г, Углеводы - 374,77 г, Калорийность - 2345,34 ккал		
---------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

(Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог

(Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством

(Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано
Директор МАОУ ООШ №3 г.Сосновоборска
С. К. Гайдаева



МЕ МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ

Меню 08.11.2022 г.
Вторник - 1
6-10 лет/ 11-18 лет ОВЗ

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
60/100	Салат из моркови с сахаром, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,75 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 7,00 г, Калорийность - 32,27 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал	под	
155/25, 172/28	Рожки отварные с сыром, 155/25, 172/28 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	под	
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	под	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 110,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	под	
ИТОГО: 490,00 гр/ 570,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,12 г, Жиры - 14,60 г, Углеводы - 94,17 г, Калорийность - 598,95 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,70 г, Жиры - 16,42 г, Углеводы - 112,97 г, Калорийность - 705,02 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из свеклы отварной, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,87 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,10 г, Калорийность - 51,33 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	под	
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной, 200/ 250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,81 г, Жиры - 2,33 г, Углеводы - 2,92 г, Калорийность - 41,59 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,09 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 7,59 г, Калорийность - 105,77 ккал	под	
45/45, 50/50	Гуляш из птицы (грудки филе), 45/45, 50/50 6-10 Пищевая ценность: Белки - 16,49 г, Жиры - 6,31 г, Углеводы - 6,69 г, Калорийность - 134,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,23 г, Жиры - 6,45 г, Углеводы - 8,09 г, Калорийность - 143,41 ккал	под	
150/180	Каша рисовая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,34 г, Калорийность - 226,97 ккал	под	
180/180	Чай с сахаром, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 47,95 ккал	под	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,70 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,60 г, Калорийность - 105,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	под	
20/40	Хлеб пшеничный, 20/40 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал		
ИТОГО: 750,00 гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 27,60 г, Жиры - 16,85 г, Углеводы - 90,67 г, Калорийность - 612,09 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 35,02 г, Жиры - 24,01 г, Углеводы - 124,83 г, Калорийность - 845,46 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Компот из абрикосов, 200/200 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	под	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	под	
ИТОГО: 300,00 гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,56 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 98,15 г, Калорийность - 557,83 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 18,71 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 136,96 г, Калорийность - 794,86 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1540,00 гр/ 1 840,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 62,28 г, Жиры - 44,21 г, Углеводы - 282,98 г, Калорийность - 1768,86 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 79,43 г, Жиры - 59,56 г, Углеводы - 374,77 г, Калорийность - 2345,34 ккал		
---------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Богомолова Татьяна Владимировна (Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог Петрова Елена Михайловна (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством Кислицина В. В. (Кислицина В. В.)

