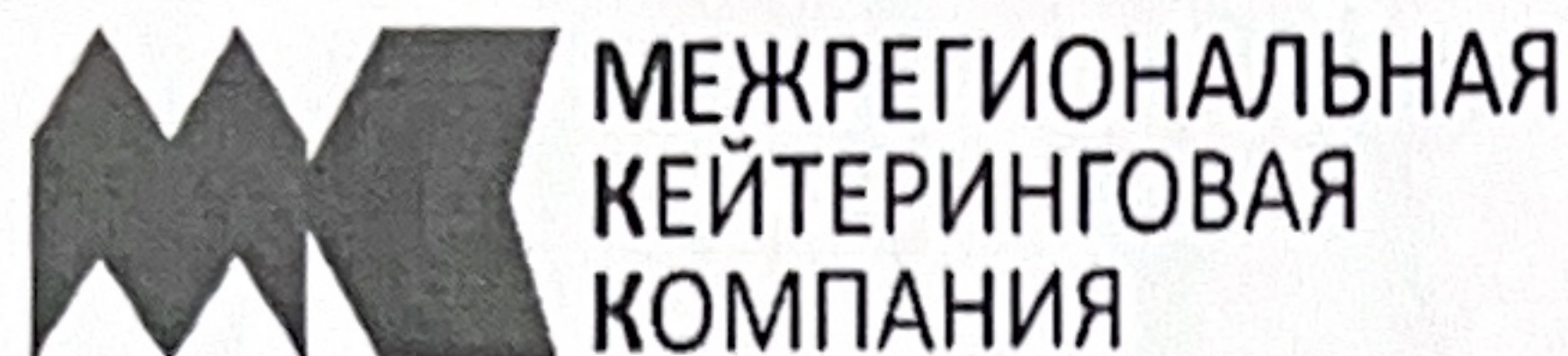


Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ №3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 16.02.2023 г.  
Четверг - 2  
6-10 лет/11-18 лет



Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100/100	<b>Цыпленок запеченный, 100/100</b> Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	<b>Рагу из овощей, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,37 г, Углеводы - 22,66 г, Калорийность - 127,64 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,47 г, Жиры - 7,64 г, Углеводы - 27,19 г, Калорийность - 153,17 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 500,00 гр/ 550,00 гр</b>	<b>6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,73 г, Жиры - 33,85 г, Углеводы - 60,68 г, Калорийность - 641,83 ккал</b> <b>11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 33,83 г, Жиры - 35,28 г, Углеводы - 75,05 г, Калорийность - 714,36 ккал</b>		
	<b>Стоимость</b>		<b>79,00 / 91,86</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной, 60/100</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 6,20 г, Калорийность - 58,87 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 10,52 г, Калорийность - 101,43 ккал	пор	
195/5 / 244/6	<b>Рассольник московский, 195/5 / 244/6</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,73 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,17 ккал	пор	
90/100	<b>Рыба по-польски, 90/100</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,56 г, Жиры - 13,90 г, Углеводы - 2,22 г, Калорийность - 162,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 17,29 г, Жиры - 15,45 г, Углеводы - 2,46 г, Калорийность - 180,69 ккал	пор	
150/180	<b>Рис отварной с овощами, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 5,62 г, Углеводы - 41,87 г, Калорийность - 219,95 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,65 г, Жиры - 7,17 г, Углеводы - 49,92 г, Калорийность - 267,52 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из сухофруктов, 180/180</b> Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб ржано-пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	<b>Хлеб пшеничный, 20/40</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
<b>ИТОГО:</b>	<b>6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 30,85 г, Жиры - 29,58 г, Углеводы - 111,60 г, Калорийность - 775,95 ккал</b> <b>11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,64 г, Жиры - 37,79 г, Углеводы - 146,97 г, Калорийность - 1007,09 ккал</b>		
<b>750,00/920,00 гр</b>	<b>Стоимость</b>		<b>118,51 / 137,78</b>

<b>Полдник</b>			
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	<b>Пирожок с яблоком, 100/150</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,02 г, Жиры - 16,13 г, Углеводы - 76,61 г, Калорийность - 500,34 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр</b>	<b>6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,88 ккал</b> <b>11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,22 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,66 г, Калорийность - 553,73 ккал</b>		
	<b>Стоимость</b>		<b>59,26 / 68,91</b>

<b>ИТОГО: 1550,00 гр/ 1820,00 гр</b>	<b>6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,79 г, Жиры - 74,28 г, Углеводы - 236,39 г, Калорийность - 1804,66 ккал</b> <b>11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 89,69 г, Жиры - 89,27 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал</b>		
--------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

(Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог

(Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)





Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ  
КЕЙТЕРИНГОВАЯ  
КОМПАНИЯ**

Меню 16.02.2023 г.  
Четверг - 2 ОБЗ  
6-10 лет/11-18 лет

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100/100	<b>Цыпленок запеченный, 100/100</b> Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	<b>Рагу из овощей, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,37 г, Углеводы - 22,66 г, Калорийность - 127,64 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,47 г, Жиры - 7,64 г, Углеводы - 27,19 г, Калорийность - 153,17 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00 гр/ 550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,73 г, Жиры - 33,85 г, Углеводы - 60,68 г, Калорийность - 641,83 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 33,83 г, Жиры - 35,28 г, Углеводы - 75,05 г, Калорийность - 714,36 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00 / 91,86</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной, 60/100</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 6,20 г, Калорийность - 58,87 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 10,52 г, Калорийность - 101,43 ккал	пор	
195/5 / 244/6	<b>Рассольник московский, 195/5 / 244/6</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,73 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,17 ккал	пор	
90/100	<b>Рыба по-польски, 90/100</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,56 г, Жиры - 13,90 г, Углеводы - 2,22 г, Калорийность - 162,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 17,29 г, Жиры - 15,45 г, Углеводы - 2,46 г, Калорийность - 180,69 ккал	пор	
150/180	<b>Рис отварной с овощами, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 5,62 г, Углеводы - 41,87 г, Калорийность - 219,95 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,65 г, Жиры - 7,17 г, Углеводы - 49,92 г, Калорийность - 267,52 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из сухофруктов, 180/180</b> Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб ржано-пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	<b>Хлеб пшеничный, 20/40</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750,00/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 30,85 г, Жиры - 29,58 г, Углеводы - 111,60 г, Калорийность - 775,95 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,64 г, Жиры - 37,79 г, Углеводы - 146,97 г, Калорийность - 1007,09 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,51/ 137,78</b>

<b>Полдник</b>			
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	<b>Пирожок с яблоком, 100/150</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,02 г, Жиры - 16,13 г, Углеводы - 76,61 г, Калорийность - 500,34 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,88 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,22 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,66 г, Калорийность - 553,73 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,26/ 68,91</b>

ИТОГО: 1550,00 гр/ 1820,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,79 г, Жиры - 74,23 г, Углеводы - 236,39 г, Калорийность - 1804,66 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 83,69 г, Жиры - 114,89 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал		
----------------------------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

(Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог

((Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством

((Кислицына В. В.)

