

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

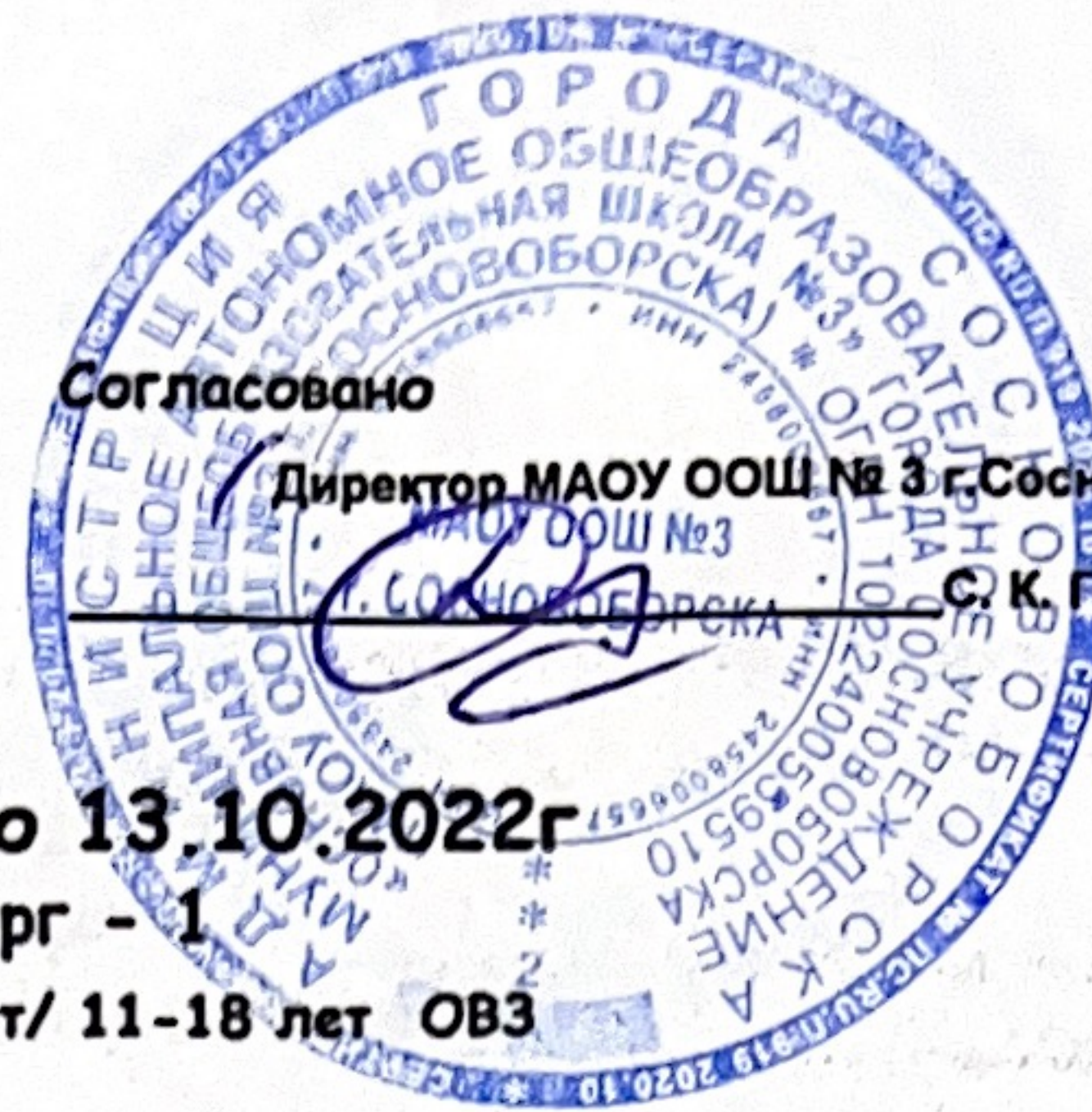
Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3 г. Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 13.10.2022г
Четверг - 1
6-10 лет/ 11-18 лет ОВЗ



При приготовлении блюд не применяются: 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			
100/100	Цыгленок запеченный, 100/100 Пищевая ценность: Белки - 23,10 г, Жиры - 24,63 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 312,76 ккал	пор	
150/170	Капуста тушеная, 150/170 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,44 г, Жиры - 3,26 г, Углеводы - 14,22 г, Калорийность - 106,67 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,98 г, Жиры - 7,64 г, Углеводы - 16,56 г, Калорийность - 157,94 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,41 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 112,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
500,00,00гр/540,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 29,61 г, Жиры - 27,24 г, Углеводы - 50,86 г, Калорийность - 551,92 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,62 г, Жиры - 27,85 г, Углеводы - 62,04 г, Калорийность - 608,04 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из белокачанной капусты, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,50 г, Жиры - 7,19 г, Углеводы - 15,48 г, Калорийность - 138,27 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,40 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 10,10 г, Калорийность - 92,00 ккал		
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 2,23 г, Углеводы - 11,23 г, Калорийность - 71,87 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,93 г, Жиры - 3,26 г, Углеводы - 12,93 г, Калорийность - 89,13 ккал	пор	
120/130	Биточки мясные с томатным соусом, 120/130 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,74 г, Жиры - 28,13 г, Углеводы - 14,07 г, Калорийность - 371,46 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 17,33 г, Жиры - 30,23 г, Углеводы - 15,75 г, Калорийность - 403,39 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,04 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,65 ккал	пор	
200/200	Компот из сухофруктов, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,78 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 23,11 г, Калорийность - 97,27 ккал	пор	
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	пор	
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	пор	
0.035/0.035	Кислота аскорбиновая, 35мл./35мл. Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 770,04гр/940,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 30,91 г, Жиры - 32,53 г, Углеводы - 124,46 г, Калорийность - 906,50 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 34,34 г, Жиры - 35,54 г, Углеводы - 164,19 г, Калорийность - 1075,82 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Сок в ассортименте, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
100/150	Пирожок с картофельной начинкой, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,62 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 47,27 г, Калорийность - 321,02 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,95 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 71,32 г, Калорийность - 481,62 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72 г, Жиры - 10,99 г, Углеводы - 71,67 г, Калорийность - 423,02 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,05 г, Жиры - 16,36 г, Углеводы - 95,72 г, Калорийность - 583,62 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29
ИТОГО: 1800,04 гр 1860,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,24 г, Жиры - 70,74 г, Углеводы - 245,99 г, Калорийность - 1881,44 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 80,00 г, Жиры - 79,74 г, Углеводы - 321,94 г, Калорийность - 2267,67 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Д. Богомолова Татьяна Владимировна

Технолог

(Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством

(Кислицина В. В.)

