

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню 19.01.2023 г.
Четверг - 2
6-10 лет/11-18 лет

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
100/100	Цыпленок запеченный, 100/100 Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу из овощей, 150/180 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	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 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		
Стоимость			68,14 / 79,23

Обед			
60/100	Винегрет овощной, 60/100 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	Рассольник московский, 195/5 / 244/6 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	Рыба по-польски, 90/100 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	Рис отварной с овощами, 150/180 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	Компот из сухофруктов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 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	Хлеб пшеничный, 20/40 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		
Стоимость			102,22/ 118,83

Полдник			
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	Пирожок с яблоком, 100/150 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		
Стоимость			51,11 / 59,45

ИТОГО: 1550,00 гр/ 1820,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 74,23 г, Жиры - 74,23 г, Углеводы - 236,39 г, Калорийность - 1804,66 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 83,88 г, Жиры - 89,25 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдаева

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню 19.01.2023 г.
Четверг - 2 ОВЗ
6-10 лет/11-18 лет

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
100/100	Цыпленок запеченный, 100/100 Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу из овощей, 150/180 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	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 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		
		68,14 /	
		Стоимость	79,23

Обед			
60/100	Винегрет овощной, 60/100 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	Рассольник московский, 195/5 / 244/6 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	Рыба по-польски, 90/100 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	Рис отварной с овощами, 150/180 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	Компот из сухофруктов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 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	Хлеб пшеничный, 20/40 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		
		102,22/	
		Стоимость	118,83

Полдник			
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	Пирожок с яблоком, 100/150 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		
		51,11 /	
		Стоимость	59,45

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 - 89,25 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

