

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Меню 20.12.2022 г.  
Вторник - 1  
6-10 лет / 11-18 лет

При приготовлении блюд не используются: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения с жирами с трансжирными кислотами, гидрогенизированные продукты

Выход 6-10 лет / 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10/10	Масло порционно, 10/10	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,03 г, Калорийность - 66,35 ккал		
60/100	Салат из моркови с сахаром, 60/100	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,75 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 7,50 г, Калорийность - 32,27 ккал		
	11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 10,61 г, Калорийность - 52,55 ккал		
155/25, 172/28	Рожки овсяные с сыром, 155/25, 172/28	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 10,00 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 238,75 ккал		
	11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 279,24 ккал		
200/200	Какао с молоком, 200/200	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 107,85 ккал		
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70	пор	
	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		
ИТОГО: 500,00 гр / 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,21 г, Жиры - 21,85 г, Углеводы - 94,30 г, Калорийность - 665,05 ккал		
	11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,78 г, Жиры - 23,67 г, Углеводы - 113,10 г, Калорийность - 771,02 ккал		
			<b>81,77 /</b>
		<b>Стоимость</b>	<b>95,08</b>

<b>Обед</b>			
55/5 / 91/9	Салат из свеклы с сыром, 55/5, 91/9	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 4,66 г, Калорийность - 67,80 ккал		
	11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,67 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 7,77 г, Калорийность - 103,01 ккал		
197/3 / 196/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3, 196/4	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,32 г, Жиры - 4,23 г, Углеводы - 5,85 г, Калорийность - 93,98 ккал		
	11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,79 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 7,59 г, Калорийность - 116,27 ккал		
45/45, 50/50	Гуляш из птицы (грудки филе), 45/45, 50/50	пор	
	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		
150/180	Каша рисовая рассыпчатая, 150/180	пор	
	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		
180/180	Чай с сахаром, 180/180	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 47,95 ккал		
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70	пор	
	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		
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 - 32,44 г, Жиры - 20,66 г, Углеводы - 93,15 г, Калорийность - 680,95 ккал		
	11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,95 г, Жиры - 24,43 г, Углеводы - 124,16 г, Калорийность - 884,00 ккал		
			<b>122,67 /</b>
		<b>Стоимость</b>	<b>142,60</b>

<b>Полдник</b>			
200/200	Компот из абрикосов, 200/200	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,50 г, Калорийность - 83,77 ккал		
100/150	Булочка домашняя, 100/150	пор	
	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		
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		
			<b>61,34 /</b>
		<b>Стоимость</b>	<b>71,29</b>

ИТОГО: 1550,00 гр / 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 67,20 г, Жиры - 32,27 г, Углеводы - 285,60 г, Калорийность - 1903,82 ккал		
	11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 84,44 г, Жиры - 39,23 г, Углеводы - 374,22 г, Калорийность - 2448,58 ккал		

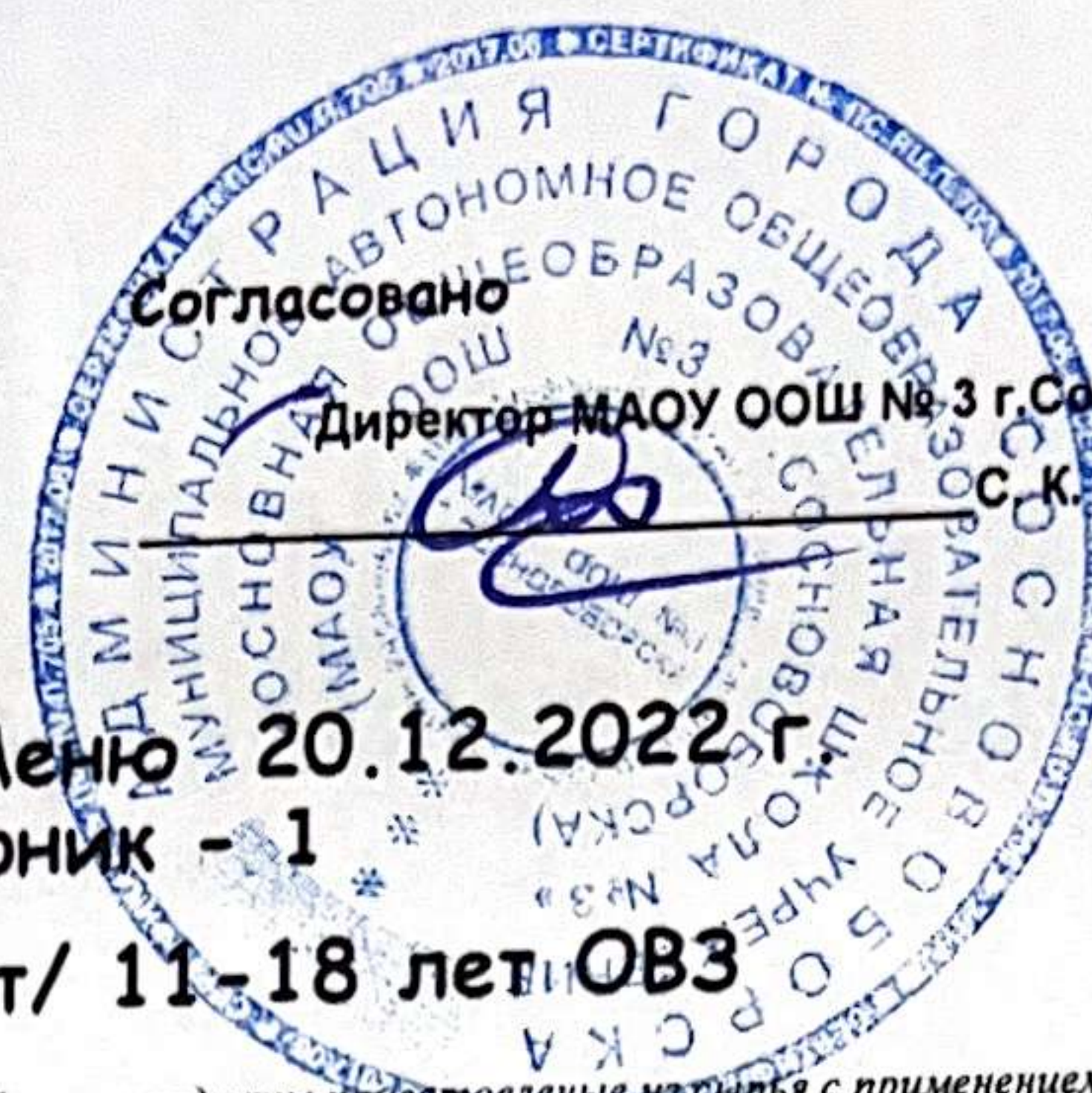
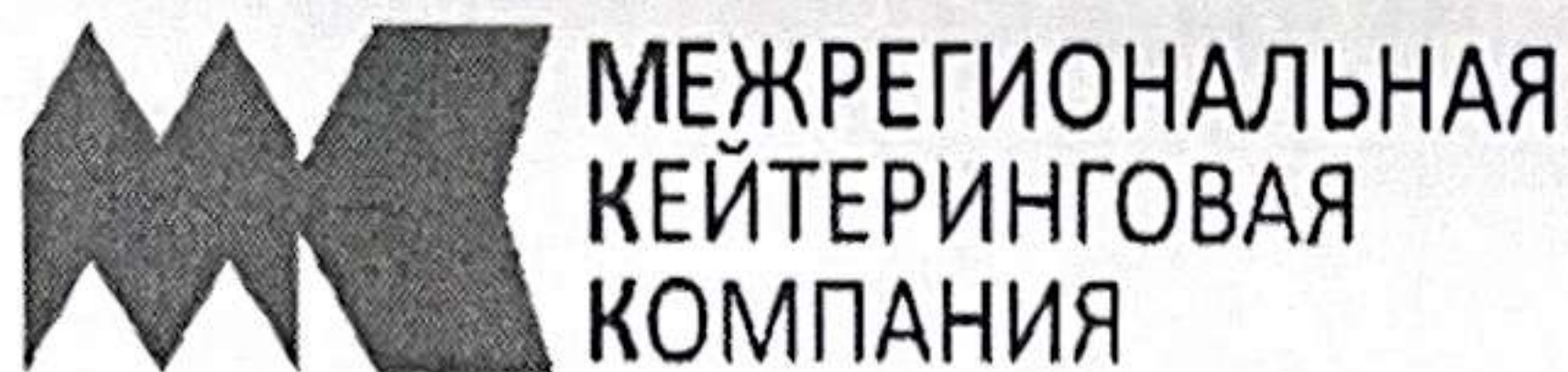
Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Иванова Татьяна Владимировна)  
Технолог \_\_\_\_\_ (Петрова Елена Михайловна)  
Зав. производством \_\_\_\_\_ (Кислицина В. В.)





Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано  
Директор МАОУ ООШ №3 г. Саснооворска  
С. К. Гайдаева  
Меню 20.12.2022 г.  
Вторник - 1  
6-10 лет/ 11-18 лет ОВЗ

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

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10/10	Масло порционно, 10/10 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
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	пор	
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	пор	
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	пор	
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	пор	
ИТОГО: 500,00 гр/ 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,21 г, Жиры - 21,85 г, Углеводы - 94,30 г, Калорийность - 665,05 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,78 г, Жиры - 23,67 г, Углеводы - 113,10 г, Калорийность - 771,12 ккал		
	<b>Стоимость</b>		81,77/ 95,08

<b>Обед</b>			
55/5 / 91/9	Салат из свеклы с сыром, 55/5 , 91/9 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 4,66 г, Калорийность - 67,81 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,67 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 7,77 г, Калорийность - 113,01 ккал	пор	
197/3 / 196/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3 , 196/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,32 г, Жиры - 4,23 г, Углеводы - 5,85 г, Калорийность - 93,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,79 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 7,59 г, Калорийность - 116,57 ккал	пор	
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	пор	
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	пор	
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	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		
ИТОГО: 750,00 гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 32,44 г, Жиры - 20,66 г, Углеводы - 93,15 г, Калорийность - 680,95 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,95 г, Жиры - 24,43 г, Углеводы - 124,16 г, Калорийность - 884,00 ккал		
	<b>Стоимость</b>		122,67/ 142,60

<b>Полдник</b>			
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	пор	
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	пор	
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		
	<b>Стоимость</b>		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1550,00 гр/ 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 67,20 г, Жиры - 55,27 г, Углеводы - 285,60 г, Калорийность - 1903,82 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 84,94 г, Жиры - 69,23 г, Углеводы - 374,22 г, Калорийность - 2449,98 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богомолова Татьяна Владимировна)  
Технолог (Петрова Елена Михайловна)  
Зав. производством (Кислицина В. В.)

