

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор ИА ОУ СОШ № 3 г. Сосновоборск

С. К. Гайдава

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню 25.01.2023г
Среда - 1 ОВЗ
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			
10/10	Масло порционн., 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,08 г, Жиры - 7,70 г, Углеводы - 38,84 г, Калорийность - 290,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,25 г, Жиры - 10,40 г, Углеводы - 48,85 г, Калорийность - 372,46 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном, 196/4, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220,00 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: 510,00гр/580,00	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,10 г, Жиры - 23,10 г, Углеводы - 111,38 г, Калорийность - 749,33 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 34,79 г, Жиры - 25,95 г, Углеводы - 131,23 г, Калорийность - 877,81 ккал		
Стоимость			68,14/ 79,23

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,66 г, Калорийность - 73,25 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,08 г, Калорийность - 93,55 ккал	пор	
90/100	Рыба, тушеная с овощами, (минтай) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,04 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 104,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,08 г, Жиры - 14,59 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 113,60 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 27,81 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 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: 750,00гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 27,32 г, Жиры - 24,29 г, Углеводы - 98,61 г, Калорийность - 622,22 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 34,20 г, Жиры - 30,43 г, Углеводы - 132,89 г, Калорийность - 814,74 ккал		
Стоимость			102,22/ 118,83

Полдник			
200/200	Чай с лимоном, 196/4, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,25 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,23 г, Калорийность - 388,24 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,25 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,77 г, Калорийность - 555,09 ккал		
Стоимость			51,11/ 59,45

ИТОГО: 1560,00 гр/ 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 63,67 г, Жиры - 68,19 г, Углеводы - 247,21 г, Калорийность - 1759,79 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,26 г, Жиры - 72,57 г, Углеводы - 353,89 г, Калорийность - 2247,64 ккал		
--	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Технолог _____

Зав. производством _____



(Богомазова Татьяна Владимировна)

(Петрова Елена Михайловна)

(Кислицына В. В.)

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

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



Меню 25.01.2023г
Среда - 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			
10/10	Масло порционное, 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,08 г, Жиры - 7,70 г, Углеводы - 38,84 г, Калорийность - 290,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,25 г, Жиры - 10,40 г, Углеводы - 48,85 г, Калорийность - 372,46 ккал	под	
200/200	Чай с лимоном, 196/4, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	под	
50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220,00 ккал	под	
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: 510,00,00гр/580,00	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,10 г, Жиры - 23,10 г, Углеводы - 111,38 г, Калорийность - 749,33 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 34,79 г, Жиры - 25,95 г, Углеводы - 131,23 г, Калорийность - 877,81 ккал		
Стоимость			68,14/ 79,23

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,66 г, Калорийность - 73,25 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,08 г, Калорийность - 93,55 ккал	пор	
90/100	Рыба, тушенная с овощами, (минтай) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,04 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 104,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,08 г, Жиры - 14,59 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 113,60 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 27,81 г, Калорийность - 169,69 ккал	под	
180/180	Компот из абрикосов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 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	под	
ИТОГО: 750,00гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 27,32 г, Жиры - 24,29 г, Углеводы - 98,61 г, Калорийность - 622,22 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 34,20 г, Жиры - 30,43 г, Углеводы - 132,89 г, Калорийность - 814,74 ккал		
Стоимость			102,22/ 118,83

Полдник			
200/200	Чай с лимоном, 196/4, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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	под	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,25 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,23 г, Калорийность - 388,24 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,25 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,77 г, Калорийность - 555,09 ккал		
Стоимость			51,11/ 59,45

ИТОГО: 1560,00 гр/ 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 63,67 г, Жиры - 58,19 г, Углеводы - 247,21 г, Калорийность - 1759,79 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,26 г, Жиры - 72,87 г, Углеводы - 353,89 г, Калорийность - 2247,64 ккал
--	---

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)

