

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню 03.03.2023 г.

Пятница - 2
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			
100/100	Яблоки 100 мл. Пищевая ценность: Белки - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
130/20 , 150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 130/20 /150/20 6-10 Пищевая ценность: Белки - 21,48 г, Жиры - 12,63 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 328,71 ккал 6-10 Пищевая ценность: Белки - 25,07 г, Жиры - 14,59 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 382,42 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном, 196/4 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 - 0,40 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/ 540,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,92 г, Жиры - 13,49 г, Углеводы - 78,77 г, Калорийность - 547,96 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,02 г, Жиры - 15,60 г, Углеводы - 93,86 г, Калорийность - 648,67 ккал		
	Стоимость		79,00 / 91,86
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	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,68 г, Жиры - 6,75 г, Углеводы - 27,51 г, Калорийность - 218,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 8,43 г, Углеводы - 34,39 г, Калорийность - 272,54 ккал	пор	
180/180	Чай с сахаром, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,40 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: 710,00 гр/ 890,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 28,45 г, Жиры - 15,03 г, Углеводы - 92,29 г, Калорийность - 575,89 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,40 г, Жиры - 21,66 г, Углеводы - 126,16 г, Калорийность - 792,01 ккал		
	Стоимость		118,51 / 137,78
Полдник			
200/200	Компот из абрикоса, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	пор	
100/150	Пирожок с капустой и луком, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,82 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 49,04 г, Калорийность - 310,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 73,98 г, Калорийность - 466,22 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,09 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 69,55 г, Калорийность - 394,52 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,51 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 94,49 г, Калорийность - 549,99 ккал		
	Стоимость		59,26 / 68,91
ИТОГО: 1510,00 гр/ 1780,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 63,75 г, Жиры - 39,21 г, Углеводы - 240,62 г, Калорийность - 1518,38 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,94 г, Жиры - 53,31 г, Углеводы - 314,52 г, Калорийность - 1990,67 ккал		

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 ООИ № 3 г. Саранск
С. К. Гайдава

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню 03.03.2023 г.
Пятница - 2 ОВЗ
6-10 лет/ 11-18 лет

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	Яблоки 100 мл. Пищевая ценность: Белки - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
130/20, 150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 130/20 /150/20 6-10 Пищевая ценность: Белки - 21,48 г, Жиры - 12,63 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 328,71 ккал 6-10 Пищевая ценность: Белки - 25,07 г, Жиры - 14,59 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 382,42 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном, 196/4 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 - 0,40 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 / 540,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,92 г, Жиры - 13,49 г, Углеводы - 78,77 г, Калорийность - 547,96 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,02 г, Жиры - 15,60 г, Углеводы - 93,86 г, Калорийность - 648,67 ккал		
	Стоимость		79,00 / 91,86
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	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,68 г, Жиры - 6,75 г, Углеводы - 27,51 г, Калорийность - 218,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 8,43 г, Углеводы - 34,39 г, Калорийность - 272,54 ккал	пор	
180/180	Чай с сахаром, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,40 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: 710,00 гр / 890,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 28,45 г, Жиры - 15,03 г, Углеводы - 92,29 г, Калорийность - 575,89 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,40 г, Жиры - 21,66 г, Углеводы - 126,16 г, Калорийность - 792,01 ккал		
	Стоимость		118,51 / 137,78
Полдник			
200/200	Компот из абрикоса, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	пор	
100/150	Пирожок с капустой и луком, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,82 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 49,04 г, Калорийность - 310,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 73,98 г, Калорийность - 466,22 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,09 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 69,55 г, Калорийность - 394,52 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,51 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 94,49 г, Калорийность - 549,99 ккал		
	Стоимость		59,26 / 68,91
ИТОГО: 1510,00 гр / 1780,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 63,75 г, Жиры - 39,21 г, Углеводы - 240,62 г, Калорийность - 1518,38 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,94 г, Жиры - 53,31 г, Углеводы - 314,52 г, Калорийность - 1990,67 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ ((Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ ((Кислицына В. В.)

