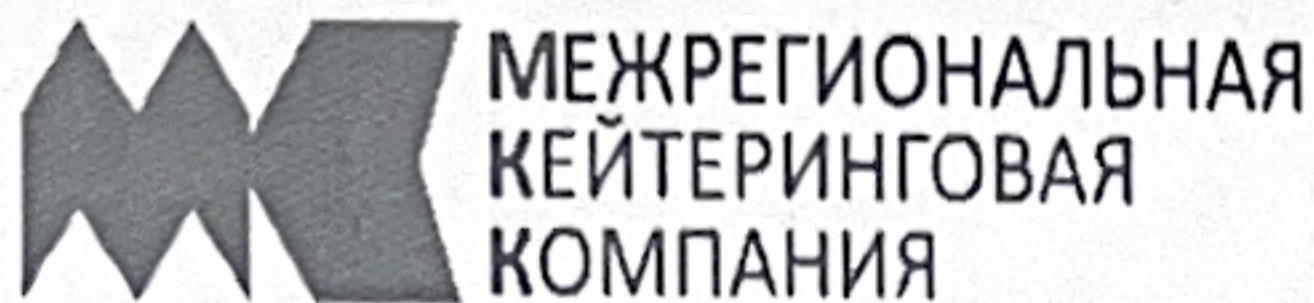


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню 09.01.2023г
Понедельник - 1
6-10 лет/ 11-18 лет



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
Завтрак			
200/250	Каша пшеничная молочная, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,80 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 45,75 г, Калорийность - 282,79 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,4 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	
200/200	Сок в инд.уп. 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,40 г, Калорийность - 90,00 ккал	пор	
ИТОГО: 550,00гр/620,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,83 г, Жиры - 7,54 г, Углеводы - 105,92 г, Калорийность - 545,04 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,58 г, Жиры - 9,48 г, Углеводы - 127,61 г, Калорийность - 664,59 ккал		
			68,14/ Стоимость 79,23

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 7,96 г, Калорийность - 74,62 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,02 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,89 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,46 г, Жиры - 13,51 г, Углеводы - 13,47 г, Калорийность - 230,83 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,57 г, Жиры - 15,91 г, Углеводы - 16,94 г, Калорийность - 275,59 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,65 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор	
180/180	Напиток из плодов шиповника, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,79 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 - 35,04 г, Жиры - 28,81 г, Углеводы - 133,27 г, Калорийность - 929,27 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 43,63 г, Жиры - 36,10 г, Углеводы - 174,48 г, Калорийность - 1193,15 ккал		
			102,22/ Стоимость 118,83

Полдник			
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,89 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
100/150	Крендель сахарный, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,91 г, Калорийность - 436,57 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,96 г, Жиры - 22,64 г, Углеводы - 109,87 г, Калорийность - 706,39 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,44 г, Жиры - 16,78 г, Углеводы - 86,10 г, Калорийность - 554,00 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 19,84 г, Жиры - 25,74 г, Углеводы - 128,05 г, Калорийность - 823,82 ккал		
			51,11/ Стоимость 59,45

ИТОГО: 1700,00 гр/ 1990,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 62,31 г, Жиры - 53,13 г, Углеводы - 325,28 г, Калорийность - 2028,98 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 80,05 г, Жиры - 71,31 г, Углеводы - 430,14 г, Калорийность - 2681,56 ккал		
--	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

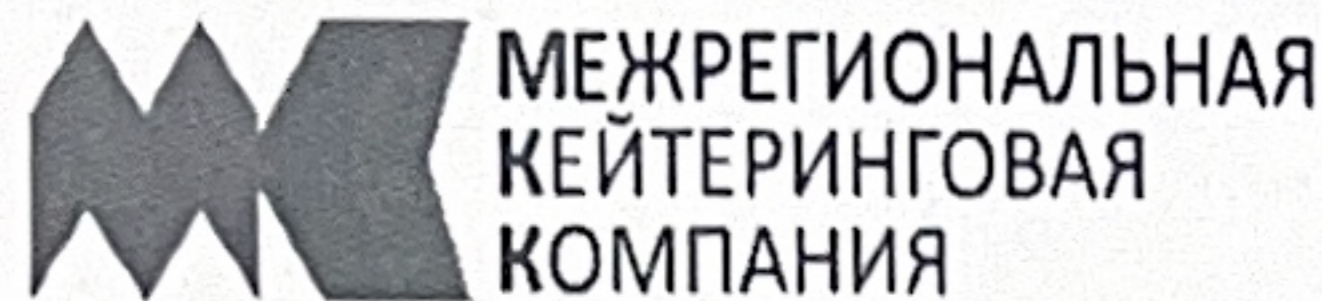
Зав. производством (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



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



Меню 09.01.2023
Понедельник - 1* 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			
200/250	Каша пшеничная молочная, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,80 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 45,75 г, Калорийность - 282,79 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,4 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	
200/200	Сок в инд.уп. 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,40 г, Калорийность - 90,00 ккал	пор	
ИТОГО: 550,00гр/620,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,83 г, Жиры - 7,54 г, Углеводы - 105,92 г, Калорийность - 545,04 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,58 г, Жиры - 9,48 г, Углеводы - 127,61 г, Калорийность - 664,59 ккал		
	Стоимость		68,14/ 79,23

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 4,11 г, Углеводы - 7,96 г, Калорийность - 74,62 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,02 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,83 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,89 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,46 г, Жиры - 13,51 г, Углеводы - 13,47 г, Калорийность - 230,83 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,57 г, Жиры - 15,91 г, Углеводы - 16,94 г, Калорийность - 275,59 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,65 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор	
180/180	Напиток из плодов шиповника, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,79 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 - 35,04 г, Жиры - 28,81 г, Углеводы - 133,27 г, Калорийность - 929,27 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 43,63 г, Жиры - 36,10 г, Углеводы - 174,48 г, Калорийность - 1193,15 ккал		
	Стоимость		102,22/ 118,83

Полдник			
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,89 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
100/150	Крендель сахарный, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 10,56 г, Жиры - 13,68 г, Углеводы - 67,91 г, Калорийность - 436,57 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,96 г, Жиры - 22,64 г, Углеводы - 109,87 г, Калорийность - 706,39 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,44 г, Жиры - 16,78 г, Углеводы - 86,10 г, Калорийность - 554,00 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 19,84 г, Жиры - 25,74 г, Углеводы - 128,05 г, Калорийность - 823,82 ккал		
	Стоимость		51,11/ 59,45

ИТОГО: 1700,00 гр/ 1990,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 82,31 г, Жиры - 63,13 г, Углеводы - 325,28 г, Калорийность - 2028,98 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 100,05 г, Жиры - 79,32 г, Углеводы - 430,14 г, Калорийность - 2681,56 ккал		
---	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ ((Петрова Елена Михайловна)

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

