

Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"



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



**МОРДОВСКАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Меню
Четверг - 11-18 лет ОВЗ
на 29 сентября 2022 г.

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Обед			
100	Салат из белокочанной капусты, 100 Пищевая ценность: Белки - 1,40 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 10,10 г, Калорийность - 92,00 ккал	пор	
250	Суп картофельный с вермишелью, 250 Пищевая ценность: Белки - 1,93 г, Жиры - 3,26 г, Углеводы - 12,93 г, Калорийность - 89,13 ккал	пор	
100/30	Биточки мясные с томатным соусом, 100/30 Пищевая ценность: Белки - 7,61 г, Жиры - 13,27 г, Углеводы - 6,91 г, Калорийность - 177,00 ккал	пор	
180	Каша гречневая рассыпчатая, 180 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,65 ккал	пор	
200	Компот из сухофруктов, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,78 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 23,11 г, Калорийность - 97,27 ккал	пор	
70	Хлеб ржано-пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный, 40 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	пор	
0.035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 970,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,35 г, Жиры - 32,91 г, Углеводы - 148,72 г, Калорийность - 1 010,15 ккал		
Стоимость			
Полдник			
200	Сок в ассортименте, 200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
150	Пирожок с картофельной начинкой, 150 Пищевая ценность: Белки - 11,17 г, Жиры - 8,21 г, Углеводы - 66,72 г, Калорийность - 385,26 ккал	пор	
ИТОГО: 350,00 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 12,27 г, Жиры - 8,41 г, Углеводы - 91,12 г, Калорийность - 487,26 ккал		
Стоимость комплекта			213,89

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством



/(Богомолова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
/(*Иванов*)

Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"

Согласовано



МАУ ООШ №3 г.Сосновоборска
С.К. Гайдаева



Меню
Среда - 1 6-10 лет ОВЗ
на 28 сентября 2022 г.

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье, 50 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
10	Масло порционно, 10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,09 ккал	пор	
200	Плов из мяса птицы, 200 Пищевая ценность: Белки - 12,18 г, Жиры - 12,99 г, Углеводы - 19,15 г, Калорийность - 241,42 ккал	пор	
200	Чай с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 1,46 г, Жиры - 1,25 г, Углеводы - 17,30 г, Калорийность - 86,90 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный, 50 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 112,00 ккал	пор	
ИТОГО: 510,00 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,57 г, Жиры - 21,99 г, Углеводы - 99,38 г, Калорийность - 666,91 ккал		
Стоимость			
Обед			
30	Горошек зелёный отварной, 30 Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 11,52 ккал	пор	
30	Кукуруза порционно, 30 Пищевая ценность: Белки - 1,18 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 4,06 г, Калорийность - 23,70 ккал	пор	
200	Борщ из свежей капусты со сметаной, 200 Пищевая ценность: Белки - 4,40 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 10,59 г, Калорийность - 103,03 ккал	пор	
90	Рыба, тушённая с овощами, (минтай) 90 Пищевая ценность: Белки - 57,54 г, Жиры - 19,98 г, Углеводы - 5,92 г, Калорийность - 435,85 ккал	пор	
150	Картофельное пюре, 150 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный, 50 Пищевая ценность: Белки - 3,70 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,60 г, Калорийность - 105,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 770,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 72,69 г, Жиры - 29,86 г, Углеводы - 94,16 г, Калорийность - 938,38 ккал		
Стоимость комплекта			204,44

Цены указаны с учетом НДС
Рук.фил.ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством



/(Богданова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
(Кисилкина)

Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню
Среда - 16-10 лет
на 28 сентября 2022 г.

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье, 50 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
10	Масло порционно, 10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,09 ккал	пор	
200	Плов из мяса птиц, 200 Пищевая ценность: Белки - 12,18 г, Жиры - 12,99 г, Углеводы - 19,15 г, Калорийность - 241,42 ккал	пор	
200	Чай с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 1,46 г, Жиры - 1,25 г, Углеводы - 17,30 г, Калорийность - 86,90 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный, 50 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 112,00 ккал	пор	
ИТОГО: 510,00 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,57 г, Жиры - 21,99 г, Углеводы - 99,38 г, Калорийность - 666,91 ккал		
Стоимость			81,77
Обед			
30	Горошек зелёный отварной, 30 Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 11,52 ккал	пор	
30	Кукуруза порционно, 30 Пищевая ценность: Белки - 1,18 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 4,06 г, Калорийность - 23,70 ккал	пор	
200	Борщ из свежей капусты со сметаной, 200 Пищевая ценность: Белки - 4,40 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 10,59 г, Калорийность - 103,03 ккал	пор	
90	Рыба, тушённая с овощами, (минтай) 90 Пищевая ценность: Белки - 57,54 г, Жиры - 19,98 г, Углеводы - 5,92 г, Калорийность - 435,85 ккал	пор	
150	Картофельное пюре, 150 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный, 50 Пищевая ценность: Белки - 3,70 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,60 г, Калорийность - 105,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 770,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 72,69 г, Жиры - 29,86 г, Углеводы - 94,16 г, Калорийность - 938,38 ккал		
Стоимость			122,67

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством



/(Богомолова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
/(*Handwritten signature*)

Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"



МАОУ СОШ №3 г.Сосновоборска
С.К. Гайдаева



Меню
Среда - 16-10 лет **ОВЗ**
на 28 сентября 2022 г.

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Обед			
30	Горошек зелёный отварной, 30 Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 11,52 ккал	пор	
30	Кукуруза порционно, 30 Пищевая ценность: Белки - 1,18 г, Жиры - 0,25 г, Углеводы - 4,06 г, Калорийность - 23,70 ккал	пор	
200	Борщ из свежей капусты со сметаной, 200 Пищевая ценность: Белки - 4,40 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 10,59 г, Калорийность - 103,03 ккал	пор	
90	Рыба, тушённая с овощами, (минтай) 90 Пищевая ценность: Белки - 57,54 г, Жиры - 19,98 г, Углеводы - 5,92 г, Калорийность - 435,85 ккал	пор	
150	Картофельное пюре, 150 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,43 г, Калорийность - 141,57 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный, 50 Пищевая ценность: Белки - 3,70 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,60 г, Калорийность - 105,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 9,24 г, Калорийность - 44,20 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 770,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 72,69 г, Жиры - 29,86 г, Углеводы - 94,16 г, Калорийность - 938,38 ккал		
Стоимость			
Полдник			
200	Кофейный напиток с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
100	Пирожок с яблоком, 100 Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 5,45 г, Углеводы - 47,60 г, Калорийность - 266,85 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 10,05 г, Жиры - 7,96 г, Углеводы - 69,67 г, Калорийность - 391,22 ккал		
Стоимость комплекта			184,01

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством



/(Богомолова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
/(*Кислицына*)

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством

Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню
Среда - 11-18 лет
на 28 сентября 2022 г.



Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье, 50 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
10	Масло порционно, 10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,09 ккал	пор	
250	Плов из мяса птицы, 250 Пищевая ценность: Белки - 28,97 г, Жиры - 31,62 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 581,52 ккал	пор	
200	Чай с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 1,46 г, Жиры - 1,25 г, Углеводы - 17,30 г, Калорийность - 86,90 ккал	пор	
70	Хлеб пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
ИТОГО: 580,00 гр			
Стоимость			95,08
Обед			
50	Горошек зеленый отварной, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,50 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,20 г, Калорийность - 20,00 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,95 г, Жиры - 0,41 г, Углеводы - 6,73 г, Калорийность - 39,30 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной, 250 Пищевая ценность: Белки - 4,88 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,60 ккал	пор	
100	Рыба, тушеная с овощами, (лосось) 100 Пищевая ценность: Белки - 64,11 г, Жиры - 19,60 г, Углеводы - 5,65 г, Калорийность - 457,76 ккал	пор	
180	Картофельное пюре, 180 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
70	Хлеб ржано-пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный, 40 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 940,04 гр			
Стоимость			142,60

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством

Погодаева Татьяна Викторовна ((Богомолова Татьяна Викторовна)
Петрова Елена Михайловна ((Петрова Елена Михайловна)
Иванова Анна Викторовна ((Иванова Анна Викторовна))



Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"

Согласовано

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



МОРДОВСКАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ

Меню
Среда - 1 11-18 лет ОВЗ
на 28 сентября 2022 г.



Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
50	Печенье, 50 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
10	Масло порционно, 10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,09 ккал	пор	
250	Плов из мяса птицы, 250 Пищевая ценность: Белки - 28,97 г, Жиры - 31,62 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 581,52 ккал	пор	
200	Чай с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 1,46 г, Жиры - 1,25 г, Углеводы - 17,30 г, Калорийность - 86,90 ккал	пор	
70	Хлеб пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
ИТОГО: 580,00 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 35,88 г, Жиры - 40,75 г, Углеводы - 135,23 г, Калорийность - 1 049,71 ккал		
Стоимость			
Обед			
50	Горошек зеленый отварной, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,50 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,20 г, Калорийность - 20,00 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,95 г, Жиры - 0,41 г, Углеводы - 6,73 г, Калорийность - 39,30 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной, 250 Пищевая ценность: Белки - 4,88 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,60 ккал	пор	
100	Рыба, тушеная с овощами, (минтай) 100 Пищевая ценность: Белки - 64,11 г, Жиры - 19,60 г, Углеводы - 5,65 г, Калорийность - 457,76 ккал	пор	
180	Картофельное пюре, 180 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
70	Хлеб ржано-пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный, 40 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	пор	
0.035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 940,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 84,74 г, Жиры - 32,22 г, Углеводы - 123,08 г, Калорийность - 1 124,14 ккал		
Стоимость комплекта			237,70

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством

Богомолова
Петрова
Иванова

/(Богомолова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
(Иванова)



Общество с ограниченной ответственностью
"Мордовская кейтеринговая компания"



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



Меню
Среда - 1 11-18 лет ОВЗ
на 28 сентября 2022 г.

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Обед			
50	Горошек зеленый отварной, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,50 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,20 г, Калорийность - 20,00 ккал	пор	
50	Кукуруза порционно, 50 Пищевая ценность: Белки - 1,95 г, Жиры - 0,41 г, Углеводы - 6,73 г, Калорийность - 39,30 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты со сметаной, 250 Пищевая ценность: Белки - 4,88 г, Жиры - 5,91 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 126,60 ккал	пор	
100	Рыба, тушённая с овощами, (минтай) 100 Пищевая ценность: Белки - 64,11 г, Жиры - 19,60 г, Углеводы - 5,65 г, Калорийность - 457,76 ккал	пор	
180	Картофельное пюре, 180 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 28,15 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
200	Компот из свежих яблок, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 17,38 г, Калорийность - 73,02 ккал	пор	
70	Хлеб ржано-пшеничный, 70 Пищевая ценность: Белки - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный, 40 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,40 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 940,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 84,74 г, Жиры - 32,22 г, Углеводы - 123,08 г, Калорийность - 1 124,14 ккал		
Стоимость			
Полдник			
200	Кофейный напиток с молоком, 200 Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
150	Пирожок с яблоком, 150 Пищевая ценность: Белки - 10,31 г, Жиры - 8,21 г, Углеводы - 71,45 г, Калорийность - 400,90 ккал	пор	
ИТОГО: 350,00 гр	Пищевая ценность полдника: Белки - 13,51 г, Жиры - 10,72 г, Углеводы - 93,52 г, Калорийность - 525,27 ккал		
Стоимость комплекта			213,89

Цены указаны с учетом НДС
Рук. фил. ООО "МКК"
Технолог
Зав. Производством



/(Богомолова Татьяна Викторовна)
/(Петрова Елена Михайловна)
(*Handwritten signature*)