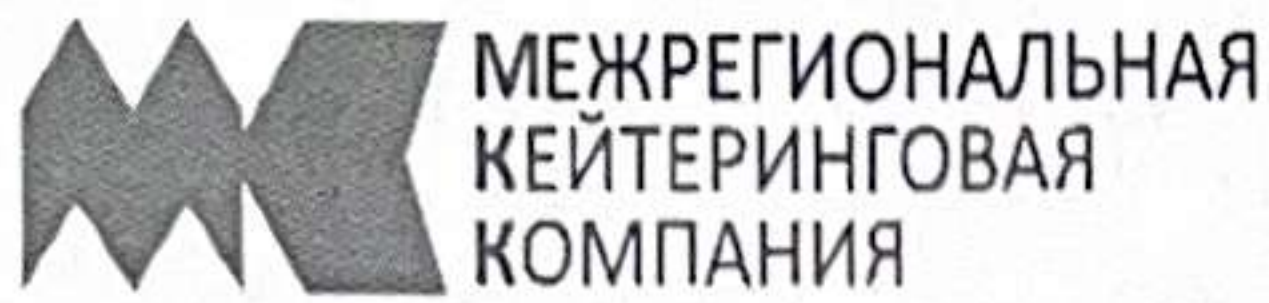


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

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



Меню 08.12.2022г
Четверг - 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			
50/80	Горошек зеленый отварной, 50/80 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,48 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 5,20 г, Калорийность - 32,00 ккал	пор	
200	Омлет натуральный, 200 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 51,94 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 111,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00гр/550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 39,79 г, Жиры - 37,36 г, Углеводы - 45,46 г, Калорийность - 674,84 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 42,24 г, Жиры - 37,60 г, Углеводы - 56,65 г, Калорийность - 731,04 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из моркови с яблоком, 60 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 3,69 г, Углеводы - 7,69 г, Калорийность - 67,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 12,79 г, Калорийность - 111,68 ккал		
197/3 / 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3, 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,22 г, Жиры - 4,70 г, Углеводы - 7,78 г, Калорийность - 94,85 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,64 г, Жиры - 5,89 г, Углеводы - 9,58 г, Калорийность - 116,04 ккал	пор	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом, 90/30, 100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,96 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 17,10 г, Калорийность - 278,95 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,46 г, Жиры - 19,54 г, Углеводы - 19,23 г, Калорийность - 302,40 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,04 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 21,10 г, Калорийность - 88,74 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	пор	
0.035/0.035	Кислота аскорбиновая, 35мл./35мл. Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 780,04гр/950,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,29 г, Жиры - 35,67 г, Углеводы - 123,44 г, Калорийность - 941,54 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,35 г, Жиры - 42,87 г, Углеводы - 158,37 г, Калорийность - 1173,62 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Сок в ассортименте, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
100/150	Пирожок с картофельной начинкой, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,62 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 47,27 г, Калорийность - 321,02 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,95 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 71,32 г, Калорийность - 481,62 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72 г, Жиры - 10,99 г, Углеводы - 71,67 г, Калорийность - 423,02 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,05 г, Жиры - 16,36 г, Углеводы - 95,72 г, Калорийность - 583,62 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1580,04 гр/ 1850,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 82,79 г, Жиры - 84,00 г, Углеводы - 240,56 г, Калорийность - 2039,40 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 96,63 г, Жиры - 106,82 г, Углеводы - 310,73 г, Калорийность - 2488,28 ккал		
----------------------------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богданова Татьяна Владимировна)
Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 08.12.2022г
Четверг - 1
6-10 лет/ 11-18 лет ОВЗ

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			
50/80	Горошек зеленый отварной, 50/80 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,48 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 5,20 г, Калорийность - 32,00 ккал	пор	
200	Омлет натуральный, 200 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал	под	
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 51,94 ккал	под	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 111,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	под	
ИТОГО: 500,00гр/550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 39,79 г, Жиры - 37,36 г, Углеводы - 45,46 г, Калорийность - 674,84 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 42,24 г, Жиры - 37,60 г, Углеводы - 56,65 г, Калорийность - 731,04 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из моркови с яблоком, 60 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,55 г, Жиры - 3,69 г, Углеводы - 7,69 г, Калорийность - 67,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 12,79 г, Калорийность - 111,68 ккал		
197/3 / 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3, 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,22 г, Жиры - 4,70 г, Углеводы - 7,78 г, Калорийность - 94,85 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,64 г, Жиры - 5,89 г, Углеводы - 9,58 г, Калорийность - 116,04 ккал	под	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом, 90/30, 100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,96 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 17,10 г, Калорийность - 278,95 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,46 г, Жиры - 19,54 г, Углеводы - 19,23 г, Калорийность - 302,40 ккал	под	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,04 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 ккал	под	
180/180	Компот из сухофруктов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 21,10 г, Калорийность - 88,74 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	под	
0,035/0,035	Кислота аскорбиновая, 35мл./35мл. Пищевая ценность:	под	
ИТОГО: 780,04гр/950,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,29 г, Жиры - 35,67 г, Углеводы - 123,44 г, Калорийность - 941,54 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,35 г, Жиры - 42,87 г, Углеводы - 158,37 г, Калорийность - 1173,62 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Сок в ассортименте, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
100/150	Пирожок с картофельной начинкой, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,62 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 47,27 г, Калорийность - 321,02 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,95 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 71,32 г, Калорийность - 481,62 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72 г, Жиры - 10,99 г, Углеводы - 71,67 г, Калорийность - 423,02 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,05 г, Жиры - 16,36 г, Углеводы - 95,72 г, Калорийность - 583,62 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1580,04 гр/ 1850,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 82,79 г, Жиры - 84,00 г, Углеводы - 240,56 г, Калорийность - 2039,40 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 96,63 г, Жиры - 104,62 г, Углеводы - 310,73 г, Калорийность - 2488,28 ккал		
----------------------------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицина В. В.)

