

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3 в Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 10.10.2022г

Понедельник - 2

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			
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 - 0,25 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,19 г, Калорийность - 86,90 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 - 112,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
150/150	Яблоко. 150/150 Пищевая ценность: Белки - 0,50 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 16,00 г, Калорийность - 33,00 ккал	под	
ИТОГО: 600,00гр/670,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,34 г, Жиры - 8,14 г, Углеводы - 98,05 г, Калорийность - 482,89 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,09 г, Жиры - 10,05 г, Углеводы - 119,14 г, Калорийность - 598,14 ккал		81,77/
Стоимость			95,08

Обед			
60/100	Помидоры св. порционные, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 2,30 г, Калорийность - 13,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,21 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 4,18 г, Калорийность - 26,40 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,05 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,38 г, Калорийность - 131,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,44 г, Жиры - 6,56 г, Углеводы - 19,55 г, Калорийность - 163,39 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,20 г, Жиры - 17,46 г, Углеводы - 11,87 г, Калорийность - 265,39 ккал 10-18 Пищевая ценность: Белки - 19,09 г, Жиры - 18,62 г, Углеводы - 15,07 г, Калорийность - 304,18 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	
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	
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. 35/35 мг Пищевая ценность:	под	
ИТОГО: 770,04гр/940,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,68 г, Жиры - 27,68 г, Углеводы - 125,73 г, Калорийность - 883,58 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 43,80 г, Жиры - 31,41 г, Углеводы - 161,33 г, Калорийность - 1 101,72 ккал		122,67/
Стоимость			142,60

Полдник			
200/200	Какао с молоком. 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 20,00 г, Калорийность - 124,00 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя. 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 9,18 г, Жиры - 5,60 г, Углеводы - 69,12 г, Калорийность - 363,66 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,74 г, Жиры - 8,42 г, Углеводы - 103,69 г, Калорийность - 545,52 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,08 г, Жиры - 8,70 г, Углеводы - 89,12 г, Калорийность - 478,66 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 17,64 г, Жиры - 11,52 г, Углеводы - 123,69 г, Калорийность - 669,52 ккал		61,34/
Стоимость			71,29

ИТОГО: 1670,04 гр/ 1 960,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 60,01 г, Жиры - 44,52 г, Углеводы - 312,90 г, Калорийность - 1845,13 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 78,53 г, Жиры - 52,98 г, Углеводы - 404,16 г, Калорийность - 2 369,38 ккал		
---	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог *Петрова* (Петрова Елена Михайловна)

Зав.производством *Шош*



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню 10.10.2022г
Понедельник -
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			
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 - 0,25 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,19 г, Калорийность - 86,90 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 - 112,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
150/150	Яблоко, 150/150 Пищевая ценность: Белки - 0,50 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 16,00 г, Калорийность - 33,00 ккал	пор	
ИТОГО: 600,00гр/670,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,34 г, Жиры - 8,14 г, Углеводы - 98,05 г, Калорийность - 482,89 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,09 г, Жиры - 10,05 г, Углеводы - 119,14 г, Калорийность - 598,14 ккал		
Стоимость			81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Помидоры св. порционные, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 2,30 г, Калорийность - 13,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,21 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 4,18 г, Калорийность - 26,40 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,05 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 15,38 г, Калорийность - 131,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,44 г, Жиры - 6,56 г, Углеводы - 19,55 г, Калорийность - 163,39 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,20 г, Жиры - 17,46 г, Углеводы - 11,87 г, Калорийность - 265,39 ккал 10-18 Пищевая ценность: Белки - 19,09 г, Жиры - 18,62 г, Углеводы - 15,07 г, Калорийность - 304,18 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	
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	
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, 35/35 мг Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 770,04гр/940,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,68 г, Жиры - 27,68 г, Углеводы - 125,73 г, Калорийность - 883,58 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 43,80 г, Жиры - 31,41 г, Углеводы - 161,33 г, Калорийность - 1 101,72 ккал		
Стоимость			122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 20,00 г, Калорийность - 124,00 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 9,18 г, Жиры - 5,60 г, Углеводы - 69,12 г, Калорийность - 363,66 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,74 г, Жиры - 8,42 г, Углеводы - 103,69 г, Калорийность - 545,52 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,08 г, Жиры - 8,70 г, Углеводы - 89,12 г, Калорийность - 478,66 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 17,64 г, Жиры - 11,52 г, Углеводы - 123,69 г, Калорийность - 669,52 ккал		
Стоимость			61,34/ 71,29

ИТОГО: 1670,04 гр/ 1 960,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 60,01 г, Жиры - 44,52 г, Углеводы - 312,90 г, Калорийность - 1845,13 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 78,53 г, Жиры - 52,98 г, Углеводы - 404,16 г, Калорийность - 2 369,38 ккал
---	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог Петрова (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством Иванова

