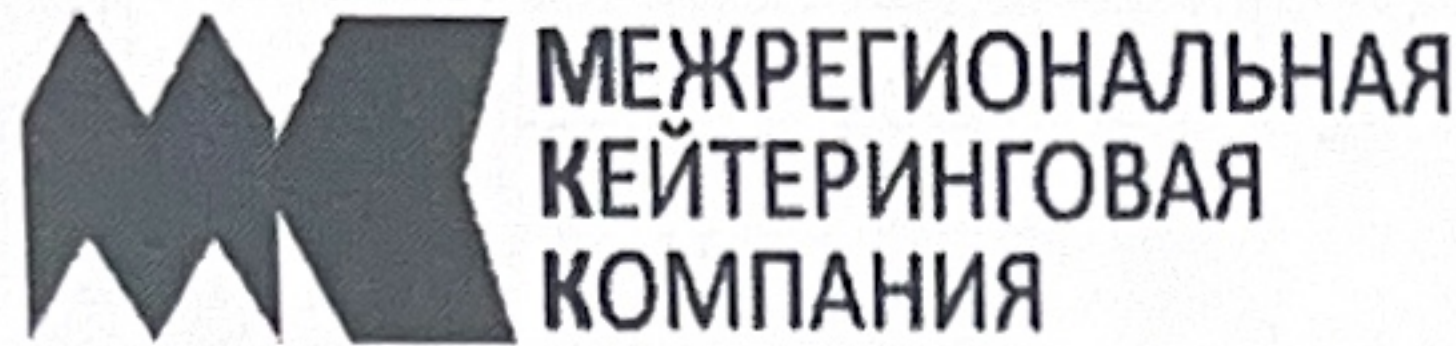


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано
Директор МАОУ ООШ №3 г.Сосновоборска
С. К. Гайдаева
Меню 29.11.2022 г.
Вторник - 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			
90/30/100/30	Тефтели мясные с томатным соусом, 90/30/100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 11,88 г, Жиры - 16,77 г, Углеводы - 24,14 г, Калорийность - 238,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,38 г, Углеводы - 24,79 г, Калорийность - 239,67 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая, 150/ 180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,17 г, Калорийность - 53,30 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 110,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
ИТОГО: 520,00 гр/ 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,61 г, Жиры - 21,40 г, Углеводы - 81,58 г, Калорийность - 542,28 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,39 г, Жиры - 22,15 г, Углеводы - 95,49 г, Калорийность - 616,24 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Огурцы соленые порционно, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,02 г, Калорийность - 7,80 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,80 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,70 г, Калорийность - 13,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/ 250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,17 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,66 г, Калорийность - 73,25 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,08 г, Калорийность - 93,55 ккал	пор	
90/100	Шницель рыбный натуральный, 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,57 г, Жиры - 17,01 г, Углеводы - 14,04 г, Калорийность - 174,81 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 17,44 г, Жиры - 19,03 г, Углеводы - 16,26 г, Калорийность - 197,45 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 2,16 г, Калорийность - 141,57 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,60 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180/180	Сок в ассортименте, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 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		
0,035/0,035	Кислота аскорбиновая, 0,035/0,035 Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 750,04 гр/920,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 29,68 г, Жиры - 24,18 г, Углеводы - 79,68 г, Калорийность - 638,93 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 35,90 г, Жиры - 28,65 г, Углеводы - 103,32 г, Калорийность - 803,26 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Йогурт, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 10,00 г, Жиры - 6,60 г, Углеводы - 7,80 г, Калорийность - 131,00 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: 300,00 гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 20,56 г, Жиры - 20,28 г, Углеводы - 75,71 г, Калорийность - 567,57 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 25,96 г, Жиры - 29,24 г, Углеводы - 117,67 г, Калорийность - 837,39 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1570,04 гр/ 1850,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,86 г, Жиры - 65,86 г, Углеводы - 236,97 г, Калорийность - 1748,78 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 86,25 г, Жиры - 80,04 г, Углеводы - 316,48 г, Калорийность - 2256,89 ккал		
--------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ ((Петрова Елена Михайловна)

Зав.производством _____ ((Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано
Директор МАОУ СОШ №3
Сосновоборска
С. К. Гайдаева

Меню 29.11.2022 г.
Вторник - 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			
90/30/100/30	Тертели мясные с томатным соусом, 90/30/100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 11,88 г, Жиры - 16,77 г, Углеводы - 24,14 г, Калорийность - 238,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,38 г, Углеводы - 24,79 г, Калорийность - 239,67 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая, 150/ 180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,17 г, Калорийность - 53,30 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 23,10 г, Калорийность - 110,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,63 г, Углеводы - 32,34 г, Калорийность - 154,70 ккал	пор	
ИТОГО: 520,00 гр/ 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,61 г, Жиры - 21,40 г, Углеводы - 81,58 г, Калорийность - 542,28 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,39 г, Жиры - 22,15 г, Углеводы - 95,49 г, Калорийность - 616,24 ккал		
	Стоимость		81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Огурцы соленые порционно, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,02 г, Калорийность - 7,80 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,80 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,70 г, Калорийность - 13,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью, 200/ 250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,17 г, Жиры - 2,28 г, Углеводы - 9,66 г, Калорийность - 73,25 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,33 г, Углеводы - 12,08 г, Калорийность - 93,55 ккал	пор	
90/100	Шницель рыбный натуральный, 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,57 г, Жиры - 17,01 г, Углеводы - 14,04 г, Калорийность - 174,81 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 17,44 г, Жиры - 19,03 г, Углеводы - 16,26 г, Калорийность - 197,45 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 2,16 г, Калорийность - 141,57 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,60 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180/180	Сок в ассортименте, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 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, 0,035/0,035 Пищевая ценность:	пор	
ИТОГО: 750,04 гр/920,04 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 29,68 г, Жиры - 24,18 г, Углеводы - 79,68 г, Калорийность - 638,93 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 35,90 г, Жиры - 28,65 г, Углеводы - 103,32 г, Калорийность - 803,26 ккал		
	Стоимость		122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Йогурт, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 10,00 г, Жиры - 6,60 г, Углеводы - 7,80 г, Калорийность - 131,00 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: 300,00 гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 20,56 г, Жиры - 20,28 г, Углеводы - 75,71 г, Калорийность - 567,57 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 25,96 г, Жиры - 29,24 г, Углеводы - 117,67 г, Калорийность - 837,39 ккал		
	Стоимость		61,34/ 71,29

ИТОГО: 1570,04 гр/ 1850,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,85 г, Жиры - 65,86 г, Углеводы - 236,97 г, Калорийность - 1748,78 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 86,25 г, Жиры - 80,04 г, Углеводы - 316,48 г, Калорийность - 2256,89 ккал		
--------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ // (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ // (Кислицина В. В.)

