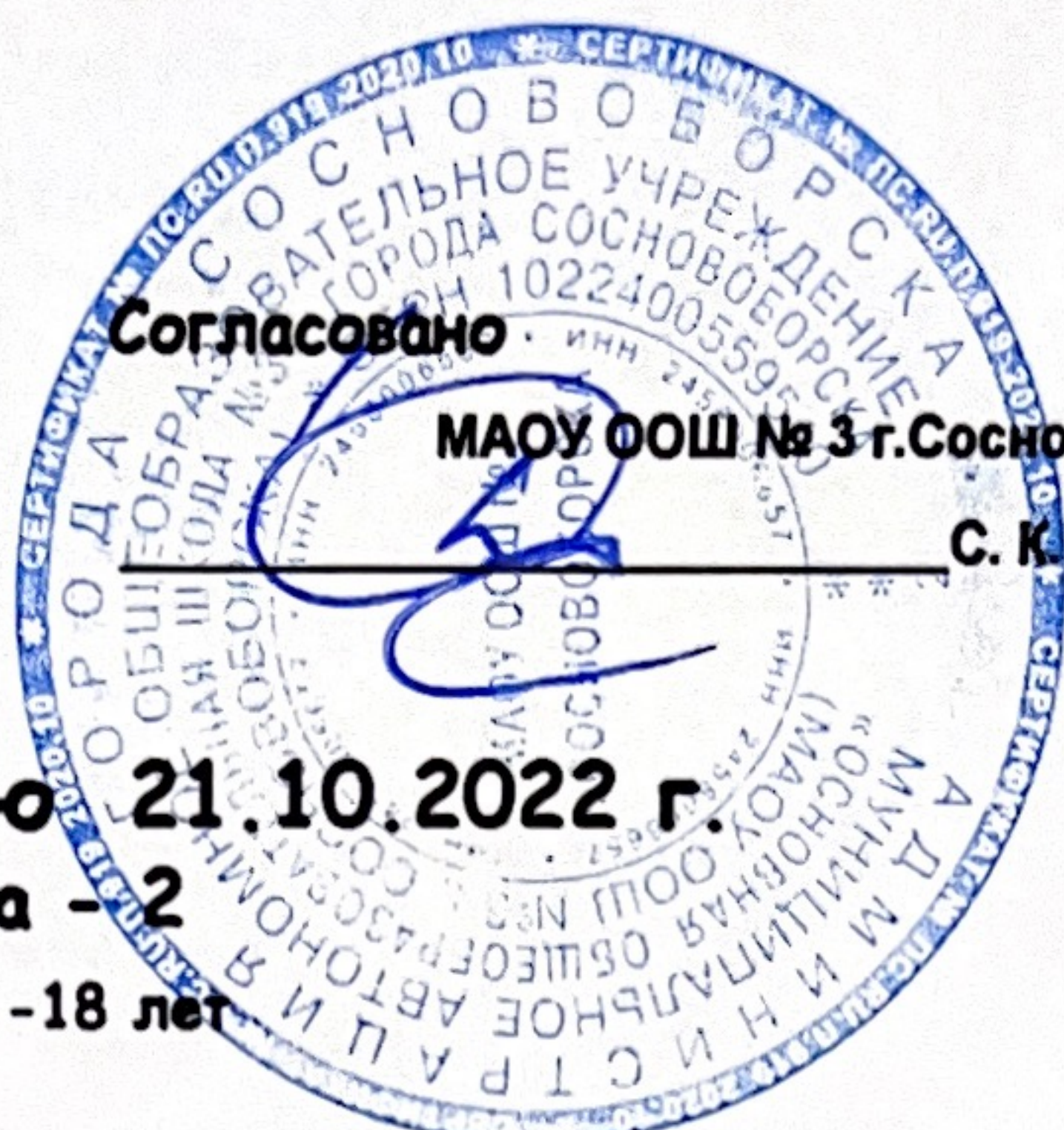


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано

МАОУ ООШ № 3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 21.10.2022 г.
Пятница - 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	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло порционно, 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	под	
50/50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220,00 ккал	под	
130/20 /150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 130/20 /150/20 6-10 Пищевая ценность: Белки - 18,92 г, Жиры - 15,84 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 346,68 ккал 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 18,27 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 402,86 ккал	под	
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	под	
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	под	
ИТОГО: 460,00 гр/ 500,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 30,58 г, Жиры - 34,33 г, Углеводы - 107,27 г, Калорийность - 860,71 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 35,28 г, Жиры - 36,94 г, Углеводы - 121,76 г, Калорийность - 961,09 ккал		
			81,77/ Стоимость 95,08

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	под	
200/250	Суп из рыбных консервов, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,11 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 6,81 г, Калорийность - 139,89 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,31 г, Жиры - 9,25 г, Углеводы - 7,58 г, Калорийность - 174,56 ккал	под	
200/250	Жаркое по-домашнему, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,71 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 8,19 г, Калорийность - 220,71 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,14 г, Жиры - 8,39 г, Углеводы - 10,24 г, Калорийность - 275,89 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 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	под	
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	
ИТОГО: 730,00 гр/ 910,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 29,09 г, Жиры - 18,07 г, Углеводы - 66,42 г, Калорийность - 615,25 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 34,58 г, Жиры - 37,52 г, Углеводы - 128,15 г, Калорийность - 943,71 ккал		
			122,67/ Стоимость 142,60

Полдник			
200/200	Компот из свежих яблок, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,16 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 16,89 г, Калорийность - 70,67 ккал	под	
100/150	Пирожок с капустой и луком, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,82 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 49,04 г, Калорийность - 310,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 73,98 г, Калорийность - 466,22 ккал	под	
ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,99 г, Жиры - 10,86 г, Углеводы - 65,93 г, Калорийность - 381,42 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,41 г, Жиры - 16,21 г, Углеводы - 90,87 г, Калорийность - 536,89 ккал		
			61,34 / Стоимость 71,29

ИТОГО: 1490,00 гр/ 1 760,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 68,66 г, Жиры - 83,25 г, Углеводы - 239,62 г, Калорийность - 1857,38 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 88,01 г, Жиры - 120,72 г, Углеводы - 306,69 г, Калорийность - 2324,67 ккал		
-----------------------------------	--	--	--

Цены указаны с учетом НДС

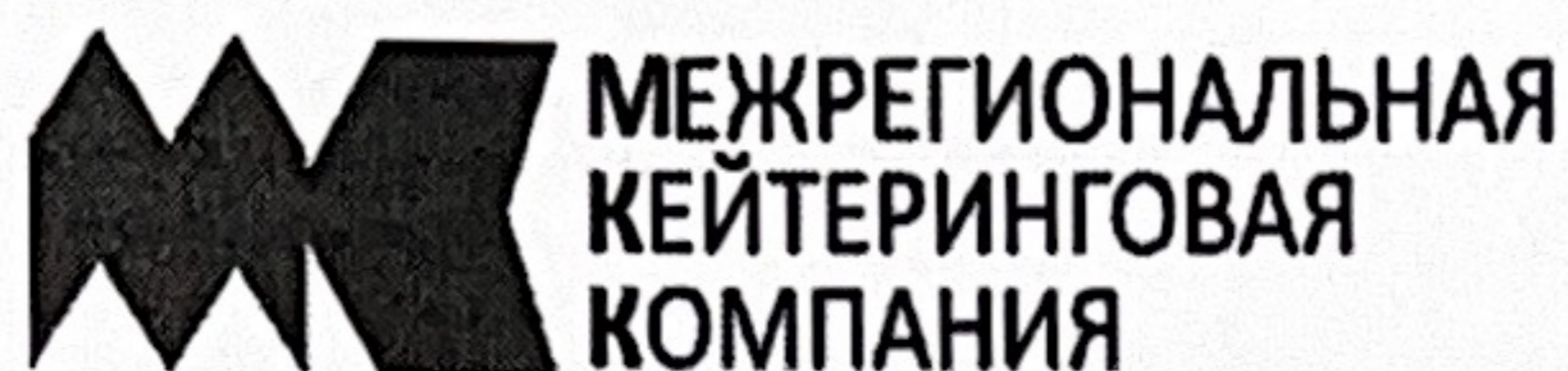
Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Меню 21.10.2022 г.
Пятница - 2
6-10 лет / 11-18 лет ОВЗ

С. К. Гайдаева

При приготовлении блюд не применялось: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло порционно, 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	под	
50/50	Печенье, 50/50 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220,00 ккал	под	
130/20 /150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 130/20 /150/20 6-10 Пищевая ценность: Белки - 18,92 г, Жиры - 15,84 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 346,68 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 18,27 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 402,86 ккал	под	
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	под	
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	под	
ИТОГО: 460,00 гр/ 500,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 30,58 г, Жиры - 34,33 г, Углеводы - 107,27 г, Калорийность - 860,71 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 35,28 г, Жиры - 36,94 г, Углеводы - 121,76 г, Калорийность - 961,09 ккал		
Стоимость			81,77/ 95,08

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	под	
200/250	Суп из рыбных консервов, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,11 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 6,81 г, Калорийность - 139,89 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,31 г, Жиры - 9,25 г, Углеводы - 7,58 г, Калорийность - 174,56 ккал	под	
200/250	Жаркое по-домашнему, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,71 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 8,19 г, Калорийность - 220,71 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,14 г, Жиры - 8,39 г, Углеводы - 10,24 г, Калорийность - 275,89 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 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	под	
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	
ИТОГО: 730,00 гр/ 910,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 29,09 г, Жиры - 18,07 г, Углеводы - 66,42 г, Калорийность - 615,25 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 34,58 г, Жиры - 37,52 г, Углеводы - 128,15 г, Калорийность - 943,71 ккал		
Стоимость			122,67/ 142,60

Полдник			
200/200	Компот из свежих яблок, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,16 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 16,89 г, Калорийность - 70,67 ккал	под	
100/150	Пирожок с капустой и луком, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,82 г, Жиры - 10,70 г, Углеводы - 49,04 г, Калорийность - 310,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,25 г, Жиры - 16,05 г, Углеводы - 73,98 г, Калорийность - 466,22 ккал	под	
ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,99 г, Жиры - 10,86 г, Углеводы - 65,93 г, Калорийность - 381,42 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 13,41 г, Жиры - 16,21 г, Углеводы - 90,87 г, Калорийность - 536,89 ккал		
Стоимость			61,34 / 71,29

ИТОГО: 1490,00 гр/ 1 760,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 68,66 г, Жиры - 63,29 г, Углеводы - 239,62 г, Калорийность - 1857,38 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 87,01 г, Жиры - 77,80 г, Углеводы - 306,69 г, Калорийность - 2324,67 ккал		
-----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицина В. В.)

