

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню 24.10.2022г
Понедельник - 1
6-10 лет/ 11-18 лет

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 - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 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	
150/150	Яблоко, 150/150 Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 600,00гр/670,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,43 г, Жиры - 8,19 г, Углеводы - 96,72 г, Калорийность - 517,09 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,18 г, Жиры - 10,15 г, Углеводы - 117,81 г, Калорийность - 633,84 ккал		81,77/
	Стоимость		95,08

Обед			
60/100	Помидоры св. порционные, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г, Калорийность - 24,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,00 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 12,81 г, Калорийность - 126,21 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,17 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 15,79 г, Калорийность - 146,57 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,31 г, Жиры - 13,26 г, Углеводы - 12,99 г, Калорийность - 224,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,35 г, Жиры - 15,54 г, Углеводы - 16,40 г, Калорийность - 266,57 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 - 26,25 г, Жиры - 25,47 г, Углеводы - 92,33 г, Калорийность - 688,82 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,68 г, Жиры - 27,29 г, Углеводы - 158,53 г, Калорийность - 1044,89 ккал		122,67/
	Стоимость		142,60

Полдник			
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,89 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 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: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,44 г, Жиры - 16,78 г, Углеводы - 86,10 г, Калорийность - 534,00 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 19,84 г, Жиры - 25,74 г, Углеводы - 128,05 г, Калорийность - 823,82 ккал		61,34/
	Стоимость		71,29

ИТОГО: 1670,04 гр/ 1 960,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 59,56 г, Жиры - 48,46 г, Углеводы - 307,08 г, Калорийность - 1910,11 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 76,70 г, Жиры - 63,17 г, Углеводы - 404,38 г, Калорийность - 2502,55 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 г. Сосновоборска

С.К. Гайдаева

Меню 24.10.2022г

Понедельник - 1

6-10 лет/ 11-18 лет ОВЗ



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 - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 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	
150/150	Яблоко, 150/150 Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 600,00гр/670,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,43 г, Жиры - 8,19 г, Углеводы - 96,72 г, Калорийность - 517,09 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,18 г, Жиры - 10,15 г, Углеводы - 117,81 г, Калорийность - 633,84 ккал		81,77/ Стоимость 95,08

Обед			
60/100	Помидоры св. порционные, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г, Калорийность - 24,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом, 200/250 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,00 г, Жиры - 5,44 г, Углеводы - 12,81 г, Калорийность - 126,21 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,17 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 15,79 г, Калорийность - 146,57 ккал	пор	
90/100	Шницель (говядина/куры) 90/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,31 г, Жиры - 13,26 г, Углеводы - 12,99 г, Калорийность - 224,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,35 г, Жиры - 15,54 г, Углеводы - 16,40 г, Калорийность - 266,57 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 - 26,25 г, Жиры - 25,47 г, Углеводы - 92,33 г, Калорийность - 688,82 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,68 г, Жиры - 27,29 г, Углеводы - 158,53 г, Калорийность - 1044,89 ккал		122,67/ Стоимость 142,60

Полдник			
200/200	Какао с молоком, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,89 г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 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: 300,00гр/350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,44 г, Жиры - 16,78 г, Углеводы - 86,10 г, Калорийность - 534,00 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 19,84 г, Жиры - 25,74 г, Углеводы - 128,05 г, Калорийность - 823,82 ккал		61,34/ Стоимость 71,29

ИТОГО: 1670,04 гр/ 1 960,04 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 59,56 г, Жиры - 48,46 г, Углеводы - 307,08 г, Калорийность - 1910,11 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 76,70 г, Жиры - 63,17 г, Углеводы - 404,38 г, Калорийность - 2502,55 ккал		
---------------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

(Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог

(Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством

(Кислицина В. В.)

