ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано: _____

Директор МАОУ ООШ № 3 С. К. Гайдаева

Меню

вторник

"10" октября 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
	Завтрак		
180/200	**Рожки отварные с сыром** Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,59 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 338,75/379,34 ккал	пор	
200/200	**Чай с лимоном** Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
120/120	**Фрукт (яблоки)** Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
540/560	***Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,44/19,01 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,5/95,44 г, Калорийность - 543,9/584,49 ккал***		
	Стоимость	***79,00/91,87***	
	Обед		
60/100	**Салат из свеклы с сыром** Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,66 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,66/7,77 г, Калорийность - 67,81/113,01 ккал	пор	
200/250	**Рассольник Московский** Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,13/5,34 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность - 106,08/130,16 ккал	пор	
90/100	**Котлета рубленая из мяса** Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,27 г, Жиры - 13,53/14,77 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 ккал	пор	
30/30	**Соус томатный** Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150/180	**Каша гречневая вязкая** Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57 ккал	пор	
180/180	**Компот из сухофруктов** Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	**Хлеб ржано-пшеничный** Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал	пор	
30/40	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
770/920	***Пищевая ценность обеда: Белки - 30,65/36,59 г, Жиры - 28,27/35,05 г, Углеводы - 100,56/123,03 г, Калорийность - 761,56/932,94 ккал***		
	Стоимость	***118,52/137,78***	
	Полдник		
100/150	**Пирожок с капустой и луком** Пищевая ценность: Белки -8,82 /13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,76/466,21 ккал	пор	
200/200	**Сок** Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	***Пищевая ценность полдника: Белки - 9,93/14,36 г, Жиры - 10,89/16,25 г, Углеводы - 73,44/98,38 г, Калорийность - 412,75/568,22 ккал***		
	Стоимость	***59,27/68,88***	
1610/1830	***Пищевая ценность дня: Белки - 58,03/69,96 г, Жиры - 51,02/64,76 г, Углеводы - 264,5/316,86 г, Калорийность - 1718,22/2085,65 ккал***		

Технолог _____ (Богомолова Т. В.)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)