

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 С. К. Гайдаева



Меню
неделя 2, вторник

"19" сентября 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Помидоры свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,33 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 7,2 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,7/10,40 г, Углеводы - 38,84/48,84 г, Калорийность -	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	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
50/50	Печенье сахарное Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
530/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,35/33,52 г, Жиры - 15,9/18,60 г, Углеводы - 112,39/122,39 г, Калорийность - 690,43/771,90 ккал		
Стоимость			79,00/91,87
Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,05/5,09 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01/88,21 ккал	пор	
200/250	Суп гороховый Пищевая ценность: Белки - 7,7/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность - 136,72/156,98	пор	
90/100	Шницель Пищевая ценность: Белки - 13,46/15,57 г, Жиры - 13,51/15,91 г, Углеводы - 13,47/16,94 г, Калорийность -	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 - 4,7/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57	пор	
180/180	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 12,04 г, Калорийность - 49,40 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	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	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,23/35,92 г, Жиры - 28,29/34,21 г, Углеводы - 103,84/132,51 г, Калорийность - 775,42/953,21 ккал		
Стоимость			118,52/137,78
Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность -	пор	
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 16,15/21,56 г, Жиры - 18,68/27,64 г, Углеводы - 77,31/119,26 г, Калорийность - 541,56/811,39 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1600/1850	Пищевая ценность дня: Белки - 76,72/93,68 г, Жиры - 62,87/80,46 г, Углеводы - 293,53/374,17 г, Калорийность - 2007,42/2536,51 ккал		

Технолог

(Богомолова Т. В.)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

