



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 С. К. Гайдава



Меню

неделя 1, вторник

"26" сентября 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
200/250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,28 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/50	Батон йодированный Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,05/14,45 г, Жиры - 13,89/15,32 г, Углеводы - 108,41/117,97 г, Калорийность - 607,62/664,48 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой Пищевая ценность: Белки - 1,25/2,02 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 7,96/13,24 г, Калорийность - 74,62/126,83	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	Котлета рубленая из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,21/19,24 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 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	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69	пор	
180/180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,236 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 34,97/41,2 г, Жиры - 31,32/37,18 г, Углеводы - 104,17/130,01 г, Калорийность - 824,19/1002,85 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 -	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

ИТОГО: Пищевая ценность дня: Белки - 57,94/70,01 г, Жиры - 56,11/68,76 г, Углеводы - 286,02/346,36 г, Калорийность - 1844,56/2235,54 ккал

Технолог

(Богомолова Т. В.)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

