



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 С. К. Гайдаева

Утверждаю:

генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

**Меню**  
**неделя 2, вторник**

"03" октября 2023 г.

**Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше**

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Помидоры свежие порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,33 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 7,2 ккал	пор	
200/250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,7/10,40 г, Углеводы - 38,84/48,84 г, Калорийность -	пор	
200/200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
50/50	<b>Печенье сахарное</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
530/580	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00/91,87</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из белокочанной капусты</b> 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	<b>Суп гороховый</b> 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	<b>Шницель</b> Пищевая ценность: Белки - 13,46/15,57 г, Жиры - 13,51/15,91 г, Углеводы - 13,47/16,94 г, Калорийность -	пор	
30/30	<b>Соус томатный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 12,04 г, Калорийность - 49,40 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Крендель сахарный</b> Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность -	пор	
200/200	<b>Кисломолочный напиток "Снежок"</b> Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68,88</b>
<b>ИТОГО:</b> 1600/1850	<b>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</b>		

Технолог

( Богомолова Т. В. )

Зав. производством

( Кислицына В. В. )

