

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано: _____
 Директор МАОУ ООШ №3 С. К. Гайдаева

Меню

неделя 2, пятница

"06" октября 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
170/200	Запеканка творожная с молоком сгущенным Пищевая ценность: Белки - 25,07/29,84 г, Жиры - 14,58/18,01 г, Углеводы - 36,46/39,84 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	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
530/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,58/33,36 г, Жиры - 15,52/18,94 г, Углеводы - 79,78/83,16 г, Калорийность - 581,57/646,05 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,7 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,00 ккал	пор	
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09	пор	
180/200	Пельмени с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 0,16/0,16 г, Жиры - 14,5 г, Углеводы - 0,26, Калорийность - 132,2 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	
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	
700/830	Пищевая ценность обеда: Белки - 9,87/12,16 г, Жиры - 20,59/22,24 г, Углеводы - 56,13/69,65 г, Калорийность - 435,83/510,64 ккал		
Стоимость			118,52/137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность -	пор	
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72/14,05 г, Жиры - 10,97/16,36 г, Углеводы - 76,09/102,36 г, Калорийность - 422,72		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 48,16/59,57 г, Жиры - 47,08/57,54 г, Углеводы - 212,01/255,17 г, Калорийность - 1440,12/1739,87 ккал		

Технолог

(Богомолова Т. В.)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

