



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.

Меню

пятница

" 22 " декабря 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 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	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 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 - 32,23/37,002 г, Жиры - 18,57/21,988 г, Углеводы - 84,80/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
Стоимость		79,00/91,87	
Обед			
60/100	Салат из свеклы с зеленым горошком Пищевая ценность: Белки - 0,96/1,59 г, Жиры - 3,71/6,19г, Углеводы - 5,96/9,93 г, Калорийность -56,18/93,64 ккал	пор	
200/250	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,18/4,54 г, Жиры - 2,41/2,99 г, Углеводы - 12,15/15,19 г, Калорийность - 74,44/90,35 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,24/19,25 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы -11,28/12,94, Калорийность - 256,84/284,12 ккал	пор	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы -2,71, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,414 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность -104,45 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 - 31,33/36,63 г, Жиры - 27,82/33,57 г, Углеводы - 109,81/132,89 г, Калорийность - 797,16/956,70 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	
1600/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 73,28/87,68 г, Жиры -57,36/71,92 г, Углеводы - 270,71/323,43 г, Калорийность - 1864,13/2248,61 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

