

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано



Директор МАОУ ООШ № 3 г. Сосновоборска  
С. К. Гайдаева

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ  
КЕЙТЕРИНГОВАЯ  
КОМПАНИЯ**

Меню 16.03.2023 г.

Четверг - 2

6-10 лет/11-18 лет

Выход 6-10 лет / 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100/100	Цыпленок запеченный, 100/100 Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу из овощей, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,37 г, Углеводы - 22,66 г, Калорийность - 127,64 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,47 г, Жиры - 7,64 г, Углеводы - 27,19 г, Калорийность - 153,17 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	Хлеб пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00 гр / 550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,73 г, Жиры - 33,85 г, Углеводы - 60,68 г, Калорийность - 641,83 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 33,83 г, Жиры - 35,28 г, Углеводы - 75,05 г, Калорийность - 714,36 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00 / 91,86</b>

<b>Обед</b>			
60/100	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,74 г, Жиры - 5,13 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 83,26 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,58 г, Жиры - 8,55 г, Углеводы - 10,81 г, Калорийность - 138,77 ккал	пор	
195/5 / 244/6	Рассольник московский со сметаной, 195/5 / 244/6 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,73 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,17 ккал	пор	
45/45, 50/50	Гуляш из птицы 45/45, 50/50 6-10 Пищевая ценность: Белки - 16,46 г, Жиры - 6,35 г, Углеводы - 6,68 г, Калорийность - 133,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,19 г, Жиры - 6,49 г, Углеводы - 8,09 г, Калорийность - 141,81 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,70 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов, 180/180 Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	Хлеб ржано-пшеничный, 50/70 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	Хлеб пшеничный, 20/40 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750,00 / 920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 30,85 г, Жиры - 29,58 г, Углеводы - 111,60 г, Калорийность - 775,95 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,64 г, Жиры - 37,79 г, Углеводы - 146,97 г, Калорийность - 1007,09 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,51 / 137,78</b>

<b>Полдник</b>			
200/200	Чай с сахаром, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	Пирожок с яблоком, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,02 г, Жиры - 16,13 г, Углеводы - 76,61 г, Калорийность - 500,34 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,88 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,22 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,66 г, Калорийность - 553,73 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,26 / 68,91</b>

ИТОГО: 1550,00 гр / 1820,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,79 г, Жиры - 74,23 г, Углеводы - 236,39 г, Калорийность - 1804,66 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 83,69 г, Жиры - 89,25 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал		
--------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог \_\_\_\_\_ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор ООО "РОС" № 3 г. Сосновоборска  
С. К. Гайдаева



**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ  
КЕЙТЕРИНГОВАЯ  
КОМПАНИЯ**

Меню 16.03.2023 г.  
Четверг - 2 ОВЗ  
6-10 лет/11-18 лет

Выход 6-10 лет / 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100/100	<b>Цыпленок запеченный, 100/100</b> Пищевая ценность: Белки - 24,84 Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	<b>Рагу из овощей, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,37 г, Углеводы - 22,66 г, Калорийность - 127,64 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,47 г, Жиры - 7,64 г, Углеводы - 27,19 г, Калорийность - 153,17 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,32 г, Жиры - 0,56 г, Углеводы - 34,44 г, Калорийность - 164,50 ккал	пор	
ИТОГО: 500,00 гр / 550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 31,73 г, Жиры - 33,85 г, Углеводы - 60,68 г, Калорийность - 641,83 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 33,83 г, Жиры - 35,28 г, Углеводы - 75,05 г, Калорийность - 714,36 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00 / 91,86</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат картофельный с морковью и зеленым горошком, 60/100</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,74 г, Жиры - 5,13 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 83,26 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,58 г, Жиры - 8,55 г, Углеводы - 10,81 г, Калорийность - 138,77 ккал	пор	
195/5 / 244/6	<b>Рассольник московский со сметаной, 195/5 / 244/6</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,73 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,17 ккал	пор	
45/45, 50/50	<b>Гуляш из птицы 45/45, 50/50</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 16,46 г, Жиры - 6,35 г, Углеводы - 6,68 г, Калорийность - 133,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,19 г, Жиры - 6,49 г, Углеводы - 8,09 г, Калорийность - 141,81 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая, 150/180</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,70 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из сухофруктов, 180/180</b> Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50/70	<b>Хлеб ржано-пшеничный, 50/70</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,95 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 33,81 г, Калорийность - 181,30 ккал	пор	
20/40	<b>Хлеб пшеничный, 20/40</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750,00 / 920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 30,85 г, Жиры - 29,58 г, Углеводы - 111,60 г, Калорийность - 775,95 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 37,64 г, Жиры - 37,79 г, Углеводы - 146,97 г, Калорийность - 1007,09 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,51 / 137,78</b>
<b>Полдник</b>			
200/200	<b>Чай с сахаром, 200/200</b> Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
100/150	<b>Пирожок с яблоком, 100/150</b> 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,01 г, Жиры - 10,75 г, Углеводы - 51,07 г, Калорийность - 333,49 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,02 г, Жиры - 16,13 г, Углеводы - 76,61 г, Калорийность - 500,34 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21 г, Жиры - 10,80 г, Углеводы - 64,11 г, Калорийность - 386,88 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,22 г, Жиры - 16,18 г, Углеводы - 89,66 г, Калорийность - 553,73 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,26 / 68,91</b>
ИТОГО: 1550,00 гр / 1820,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 70,79 г, Жиры - 74,23 г, Углеводы - 236,39 г, Калорийность - 1804,66 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 83,69 г, Жиры - 89,25 г, Углеводы - 311,68 г, Калорийность - 2275,17 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

Рук. фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богомолова Татьяна Владимировна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицына В. В.)

