

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано
Директор МАОУ-ОСШ № 3 г.Сосновоборска
С. К. Гайдаева



Меню 21.03.2023
Вторник - 1
6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применяются: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло порционно, 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
60/100	Икра овощная, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,40 г, Углеводы - 5,40 г, Калорийность - 81,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,70 г, Жиры - 9,00 г, Углеводы - 9,00 г, Калорийность - 136,00 ккал	пор	
155/25, 172/28	Рожки отварные с сыром, 155/25, 172/28 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 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/ 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,79 г, Жиры - 24,10 г, Углеводы - 89,07 г, Калорийность - 657,34 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,55 г, Жиры - 29,46 г, Углеводы - 107,45 г, Калорийность - 799,33 ккал		
	Стоимость		79,00/ 91,86

Обед			
55/5 / 91/9	Салат из свеклы с сыром, 55/5 , 91/9 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 4,66 г, Калорийность - 67,81 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,67 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 7,77 г, Калорийность - 113,01 ккал	пор	
197/3 / 196/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3 , 196/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,31 г, Жиры - 4,77 г, Углеводы - 11,89 г, Калорийность - 93,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,78 г, Жиры - 5,98 г, Углеводы - 15,14 г, Калорийность - 115,50 ккал	пор	
45/45, 50/50	Гуляш из птицы (грудки филе), 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 рисовая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 4,27 г, Углеводы - 47,43 г, Калорийность - 246,17 ккал	пор	
180/180	Чай с лимоном, 180 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 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 гр/920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 32,72 г, Жиры - 20,88 г, Углеводы - 108,66 г, Калорийность - 724,26 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,38 г, Жиры - 26,86 г, Углеводы - 144,09 г, Калорийность - 942,55 ккал		
	Стоимость		118,51/ 137,78

Полдник			
200/200	Кампот из абрикосов, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр /350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,56 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 98,15 г, Калорийность - 557,83 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 18,71 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 136,96 г, Калорийность - 794,86 ккал		
	Стоимость		59,26/ 68,91

ИТОГО: 1550,00 гр/ 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 64,07 г, Жиры - 57,13 г, Углеводы - 429,87 г, Калорийность - 1939,43 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,65 г, Жиры - 78,95 г, Углеводы - 588,50 г, Калорийность - 2536,74 ккал		
--	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

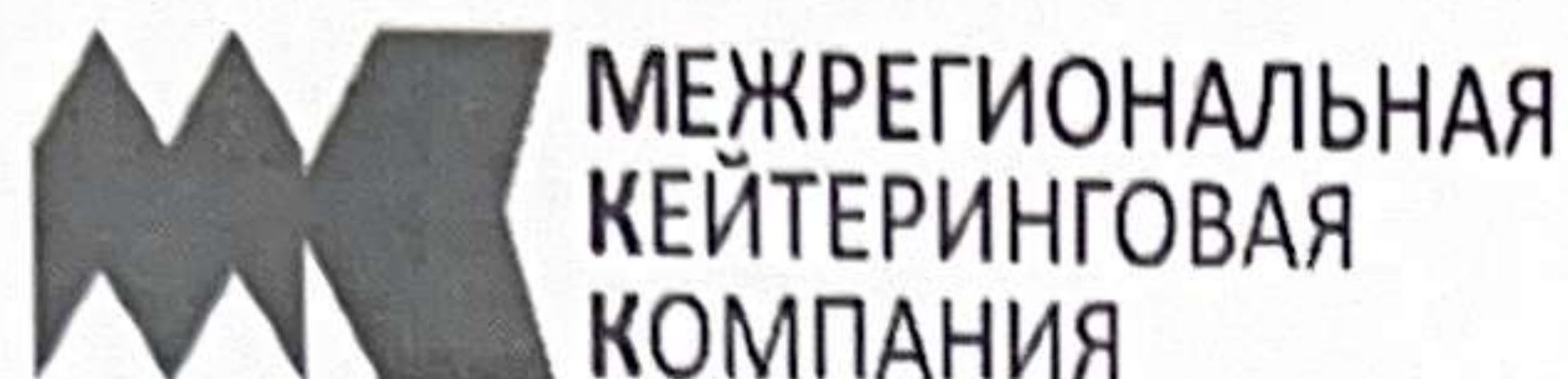
Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

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



Меню 21.03.2023 г.
Вторник - 1 ОВЗ
6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет/ 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло порционно, 10/10 Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
60/100	Икра овощная, 60/100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,02 г, Жиры - 5,40 г, Углеводы - 5,40 г, Калорийность - 81,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,70 г, Жиры - 9,00 г, Углеводы - 9,00 г, Калорийность - 136,00 ккал	пор	
155/25, 172/28	Рожки отварные с сыром, 155/25, 172/28 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,69 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 45,89 г, Калорийность - 338,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром, 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/ 580,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,79 г, Жиры - 24,10 г, Углеводы - 89,07 г, Калорийность - 657,34 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,55 г, Жиры - 29,46 г, Углеводы - 107,45 г, Калорийность - 799,33 ккал		
Стоимость			79,00/ 91,86

Обед			
55/5 / 91/9	Салат из свеклы с сыром, 55/5 , 91/9 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,20 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 4,66 г, Калорийность - 67,81 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,67 г, Жиры - 7,43 г, Углеводы - 7,77 г, Калорийность - 113,01 ккал	пор	
197/3 / 196/4	Щи из свежей капусты со сметаной, 197/3 , 196/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,31 г, Жиры - 4,77 г, Углеводы - 11,89 г, Калорийность - 93,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,78 г, Жиры - 5,98 г, Углеводы - 15,14 г, Калорийность - 115,50 ккал	пор	
45/45, 50/50	Гуляш из птицы (грудки филе), 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 рисовая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,74 г, Жиры - 3,43 г, Углеводы - 39,27 г, Калорийность - 202,93 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,52 г, Жиры - 4,27 г, Углеводы - 47,43 г, Калорийность - 246,17 ккал	пор	
180/180	Чай с лимоном, 180 Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 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 гр/ 920,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 32,72 г, Жиры - 20,88 г, Углеводы - 108,66 г, Калорийность - 724,26 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 40,38 г, Жиры - 26,86 г, Углеводы - 144,09 г, Калорийность - 942,55 ккал		
Стоимость			118,51/ 137,78

Полдник			
200/200	Компот из абрикосов, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 0,26 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 83,77 ккал	пор	
100/150	Булочка домашняя, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 12,30 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 77,63 г, Калорийность - 474,06 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 18,45 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 116,45 г, Калорийность - 711,09 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00 гр/ 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 12,56 г, Жиры - 12,76 г, Углеводы - 98,15 г, Калорийность - 557,83 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 18,71 г, Жиры - 19,13 г, Углеводы - 136,96 г, Калорийность - 794,86 ккал		
Стоимость			59,26/ 68,91

ИТОГО: 1550,00 гр/ 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 64,07 г, Жиры - 57,73 г, Углеводы - 295,87 г, Калорийность - 1939,43 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 81,65 г, Жиры - 79,55 г, Углеводы - 388,89 г, Калорийность - 2536,74 ккал		
----------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ ((Кислицына В. В.))

