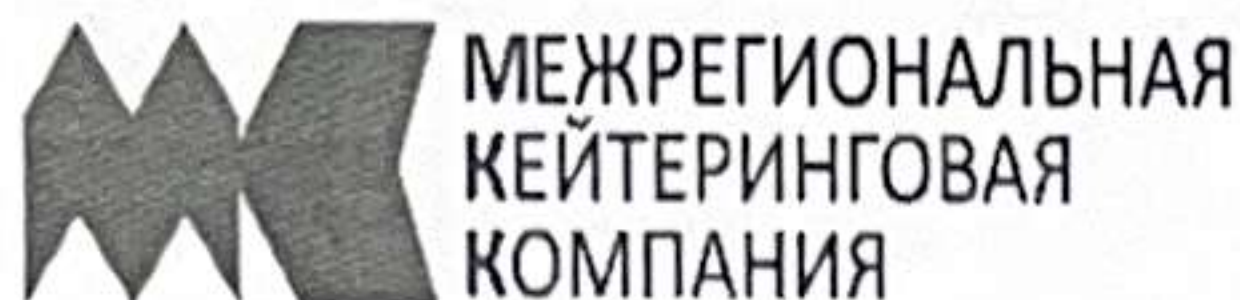


Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 3 г. Сосновоборска
С. К. Гайдава



Меню 24.05.2023 г.

Среда - 2 (платно)

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 6-10лет / 11-18 лет | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------------------|---|----------|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 20 /20 | Сгущенное молоко, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 1,70 г, Углеводы - 11,10 г, Калорийность - 65,60 ккал | пор | |
| 130 /180 | Оладьи, 130 /180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,30 г, Жиры - 8,52 г, Углеводы - 42,02 г, Калорийность - 273,65 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,10 г, Жиры - 11,81 г, Углеводы - 58,18 г, Калорийность - 378,97 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 | |
| 200 | Сок яблочный, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,40 г, Калорийность - 90,00 ккал | | |
| ИТОГО: 550,00 гр / 600,00 гр | 6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 8,94 г, Жиры - 10,28 г, Углеводы - 88,56 г, Калорийность - 482,64 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,74 г, Жиры - 13,56 г, Углеводы - 104,73 г, Калорийность - 587,95 ккал | | |
| Стоимость | | | 79,00 / 91,86 |

| | | | |
|------------------------------|---|-----|----------------------|
| Обед | | | |
| 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 | |
| 197/3 / 246/4 | Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3 / 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 12,32 г, Калорийность - 94,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,94 г, Углеводы - 15,33 г, Калорийность - 115,09 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 - 4,69 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 | Напиток из плодов шиповника, 180 Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,79 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 - 32,59 г, Жиры - 22,60 г, Углеводы - 98,82 г, Калорийность - 714,46 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,54 г, Жиры - 29,32 г, Углеводы - 130,35 г, Калорийность - 925,57 ккал | | |
| Стоимость | | | 89,00 / 99,00 |

| | | | |
|------------------------------|--|-----|----------------------|
| Полдник | | | |
| 196/4 | Чай с лимоном, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 100/150 | Сдоба обыкновенная, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 9,90 г, Жиры - 7,50 г, Углеводы - 66,49 г, Калорийность - 372,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 14,85 г, Жиры - 11,25 г, Углеводы - 99,75 г, Калорийность - 558,97 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр | 6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 10,14 г, Жиры - 7,55 г, Углеводы - 79,66 г, Калорийность - 427,35 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 15,09 г, Жиры - 11,30 г, Углеводы - 112,91 г, Калорийность - 613,72 ккал | | |
| Стоимость | | | 59,26 / 68,91 |

| | | | |
|--------------------------------|---|--|--|
| ИТОГО: 1600,00 гр / 1870,00 гр | 6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 51,67 г, Жиры - 40,43 г, Углеводы - 267,04 г, Калорийность - 1624,44 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 66,37 г, Жиры - 54,18 г, Углеводы - 347,98 г, Калорийность - 2127,24 ккал | | |
|--------------------------------|---|--|--|

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3 г. Сосновоборска

С. К. Гайдава

Меню 24.05.2023 г

Среда - 2

6-10 лет/11-18 лет

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

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

| Выход 6-10лет / 11-18 лет | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------------------|---|----------|----------------------|
| Завтрак | | | |
| 20 / 20 | Сгущенное молоко, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 1,70 г, Углеводы - 11,10 г, Калорийность - 65,60 ккал | пор | |
| 130 / 180 | Олады, 130 / 180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,30 г, Жиры - 8,52 г, Углеводы - 42,02 г, Калорийность - 273,65 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,10 г, Жиры - 11,81 г, Углеводы - 58,18 г, Калорийность - 378,97 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 | |
| 200 | Сок яблочный, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,40 г, Калорийность - 90,00 ккал | | |
| ИТОГО: 550,00 гр / 600,00 гр | 6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 8,94 г, Жиры - 10,28 г, Углеводы - 88,56 г, Калорийность - 482,64 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,74 г, Жиры - 13,56 г, Углеводы - 104,73 г, Калорийность - 587,95 ккал | | |
| Стоимость | | | 79,00 / 91,86 |

| | | | |
|------------------------------|---|-----|------------------------|
| Обед | | | |
| 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 | |
| 197/3 / 246/4 | Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3 / 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 12,32 г, Калорийность - 94,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,94 г, Углеводы - 15,33 г, Калорийность - 115,09 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 - 4,69 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 | Напиток из глодов шиповника, 180 Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,79 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 - 32,59 г, Жиры - 22,60 г, Углеводы - 98,82 г, Калорийность - 714,46 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,54 г, Жиры - 29,32 г, Углеводы - 130,35 г, Калорийность - 925,57 ккал | | |
| Стоимость | | | 118,51 / 137,78 |

| | | | |
|------------------------------|--|-----|----------------------|
| Полдник | | | |
| 196/4 | Чай с лимоном, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 100/150 | Сдоба обыкновенная, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 9,90 г, Жиры - 7,50 г, Углеводы - 66,49 г, Калорийность - 372,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 14,85 г, Жиры - 11,25 г, Углеводы - 99,75 г, Калорийность - 558,97 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр | 6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 10,14 г, Жиры - 7,55 г, Углеводы - 79,66 г, Калорийность - 427,35 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 15,09 г, Жиры - 11,30 г, Углеводы - 112,91 г, Калорийность - 613,72 ккал | | |
| Стоимость | | | 59,26 / 68,91 |

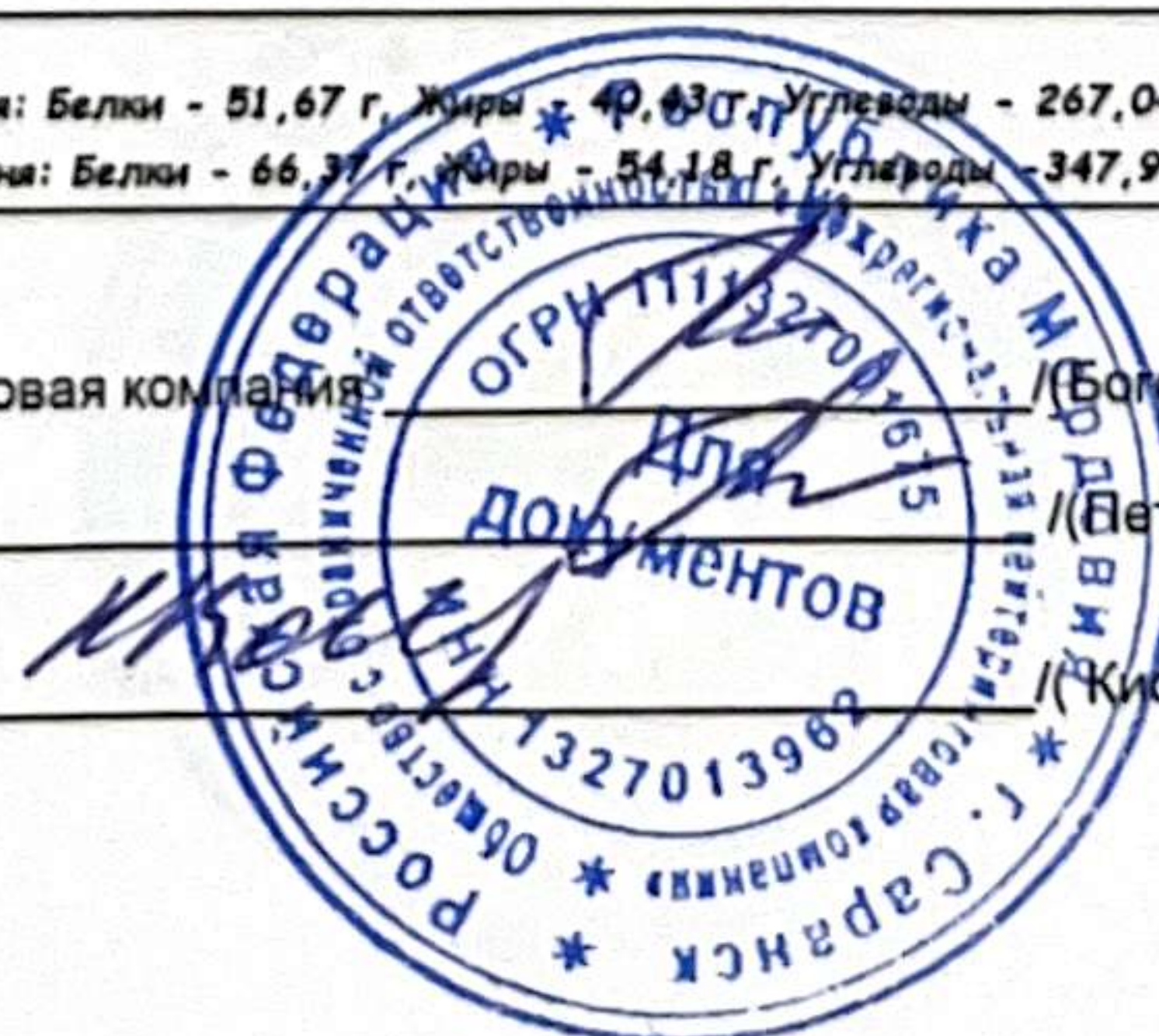
| | | | |
|--------------------------------|---|--|--|
| ИТОГО: 1600,00 гр / 1870,00 гр | 6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 51,67 г, Жиры - 49,63 г, Углеводы - 267,04 г, Калорийность - 1624,44 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 66,37 г, Жиры - 54,18 г, Углеводы - 347,98 г, Калорийность - 2127,24 ккал | | |
|--------------------------------|---|--|--|

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Ветрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицына В. В.)



Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



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 | | | |
| 20 /20 | Сгущенное молоко, 20 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г Жиры - 1,70 г, Углеводы - 11,10 г, Калорийность - 65,60 ккал | пор | |
| 130 /180 | Оладьи, 130 /180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,30 г, Жиры - 8,52 г, Углеводы - 42,02 г, Калорийность - 273,65 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,10 г, Жиры - 11,81 г, Углеводы - 58,18 г, Калорийность - 378,97 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 | |
| 200 | Сок яблочный, 200 Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,40 г, Калорийность - 90,00 ккал | | |
| ИТОГО: 550,00 гр / 600,00 гр | 6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 8,94 г, Жиры - 10,28 г, Углеводы - 88,56 г, Калорийность - 482,64 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 11,74 г, Жиры - 13,56 г, Углеводы - 104,73 г, Калорийность - 587,95 ккал | | |
| | Стоимость | | 79,00 / 91,86 |
| Обед | | | |
| 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 | |
| 197/3 / 246/4 | Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3 / 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 12,32 г, Калорийность - 94,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,94 г, Углеводы - 15,33 г, Калорийность - 115,09 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 - 4,69 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 | Напиток из глодов шиповника, 180 Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,79 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 - 32,59 г, Жиры - 22,60 г, Углеводы - 98,82 г, Калорийность - 714,46 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 39,54 г, Жиры - 29,32 г, Углеводы - 130,35 г, Калорийность - 925,57 ккал | | |
| | Стоимость | | 118,51 / 137,78 |
| Полдник | | | |
| 196/4 | Чай с лимоном, 196/4 Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал | пор | |
| 100/150 | Сдоба обыкновенная, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 9,90 г, Жиры - 7,50 г, Углеводы - 66,49 г, Калорийность - 372,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 14,85 г, Жиры - 11,25 г, Углеводы - 99,75 г, Калорийность - 558,97 ккал | пор | |
| ИТОГО: 300,00 гр / 350,00 гр | 6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 10,14 г, Жиры - 7,55 г, Углеводы - 79,66 г, Калорийность - 427,35 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 15,09 г, Жиры - 11,30 г, Углеводы - 112,91 г, Калорийность - 613,72 ккал | | |
| | Стоимость | | 59,26 / 68,91 |
| ИТОГО: 1600,00 гр / 1870,00 гр | 6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 51,67 г, Жиры - 30,43 г, Углеводы - 267,04 г, Калорийность - 1624,44 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 66,37 г, Жиры - 54,28 г, Углеводы - 347,98 г, Калорийность - 2127,24 ккал | | |

Цены указаны с учетом НДС

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

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Зав. производством (Кислицына В. В.)

