

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3 г.Сосновоборска

С. К. Гайдава
С. К. Гайдава
г. СОСНОВОБОРСКА



Меню 06.04.2023г
Четверг - 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			
50/80	Горошек зеленый отварной, 50/80 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,48 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 5,20 г, Калорийность - 32,00 ккал	пор	
200	Омлет натуральный, 200 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал	пор	
200/200	Кофейный напиток с молоком 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 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: 500,00гр / 550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 42,79 г, Жиры - 39,77 г, Углеводы - 55,99 г, Калорийность - 754,27 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 45,24 г, Жиры - 39,99 г, Углеводы - 67,78 г, Калорийность - 813,27 ккал		
	Стоимость		79,00/ 91,86

Обед			
60/100	Салат картофельный, 60 / 100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,15 г, Жиры - 3,22 г, Углеводы - 12,30 г, Калорийность - 65,27 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,92 г, Жиры - 5,37 г, Углеводы - 20,49 г, Калорийность - 108,79 ккал	пор	
197/3 / 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3, 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,22 г, Жиры - 4,70 г, Углеводы - 7,78 г, Калорийность - 94,85 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,64 г, Жиры - 5,89 г, Углеводы - 9,58 г, Калорийность - 116,04 ккал	пор	
90/30, 100/30	Биточки мясные с томатным соусом, 90/30, 100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,09 г, Жиры - 18,58 г, Углеводы - 17,58 г, Калорийность - 284,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,61 г, Жиры - 19,80 г, Углеводы - 19,77 г, Калорийность - 309,07 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,04 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 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 - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 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: 780,00гр / 950,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,90 г, Жиры - 36,41 г, Углеводы - 128,00 г, Калорийность - 934,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 41,61 г, Жиры - 43,72 г, Углеводы - 168,93 г, Калорийность - 1178,90 ккал		
	Стоимость		118,51/ 137,78

Полдник			
200/200	Сок в ассортименте, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
100/150	Пирожок с картофельной начинкой, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,62 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 51,70 г, Калорийность - 320,73 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,95 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 77,96 г, Калорийность - 481,18 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр / 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72 г, Жиры - 10,97 г, Углеводы - 76,10 г, Калорийность - 422,73 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,05 г, Жиры - 16,36 г, Углеводы - 102,36 г, Калорийность - 583,18 ккал		
	Стоимость		59,26/ 68,91

ИТОГО: 1580,00 гр / 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 86,31 г, Жиры - 87,19 г, Углеводы - 260,09 г, Калорийность - 2111,85 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 100,89 г, Жиры - 100,06 г, Углеводы - 339,07 г, Калорийность - 2575,35 ккал		
--------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС
Рук.фил.ООО"Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богомалова 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. Гайдаева



Меню 06.04.2023г
Четверг - 1 ОБЗ
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			
50/80	Горошек зеленый отварной, 50/80 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,55 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 3,25 г, Калорийность - 20,00 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 2,48 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 5,20 г, Калорийность - 32,00 ккал	пор	
200	Омлет натуральный, 200 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал	пор	
200/200	Кофейный напиток с молоком 200/200 Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 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: 500,00гр / 550,00 гр	6-10 Пищевая ценность завтрака: Белки - 42,79 г, Жиры - 39,77 г, Углеводы - 55,99 г, Калорийность - 754,27 ккал 11-18 Пищевая ценность завтрака: Белки - 45,24 г, Жиры - 39,99 г, Углеводы - 67,78 г, Калорийность - 813,27 ккал		
	Стоимость		79,00/ 91,86

Обед			
60/100	Салат картофельный, 60 / 100 6-10 Пищевая ценность: Белки - 1,15 г, Жиры - 3,22 г, Углеводы - 12,30 г, Калорийность - 65,27 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,92 г, Жиры - 5,37 г, Углеводы - 20,49 г, Калорийность - 108,79 ккал	пор	
197/3 / 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной, 197/3, 246/4 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,22 г, Жиры - 4,70 г, Углеводы - 7,78 г, Калорийность - 94,85 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,64 г, Жиры - 5,89 г, Углеводы - 9,58 г, Калорийность - 116,04 ккал	пор	
90/30, 100/30	Биточки мясные с томатным соусом, 90/30, 100/30 6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,09 г, Жиры - 18,58 г, Углеводы - 17,58 г, Калорийность - 284,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,61 г, Жиры - 19,80 г, Углеводы - 19,77 г, Калорийность - 309,07 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая, 150/180 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,04 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 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 - 5,18 г, Жиры - 0,91 г, Углеводы - 30,24 г, Калорийность - 147,70 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: 780,00гр / 950,00 гр	6-10 Пищевая ценность обеда: Белки - 33,90 г, Жиры - 36,41 г, Углеводы - 128,00 г, Калорийность - 934,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 41,61 г, Жиры - 43,72 г, Углеводы - 168,93 г, Калорийность - 1178,90 ккал		
	Стоимость		118,51/ 137,78

Полдник			
200/200	Сок в ассортименте, 200/200 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
100/150	Пирожок с картофельной начинкой, 100/150 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,62 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 51,70 г, Калорийность - 320,73 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 12,95 г, Жиры - 16,16 г, Углеводы - 77,96 г, Калорийность - 481,18 ккал	пор	
ИТОГО: 300,00гр / 350,00 гр	6-10 Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72 г, Жиры - 10,97 г, Углеводы - 76,10 г, Калорийность - 422,73 ккал 11-18 Пищевая ценность полдника: Белки - 14,05 г, Жиры - 16,36 г, Углеводы - 102,36 г, Калорийность - 583,18 ккал		
	Стоимость		59,26/ 68,91

ИТОГО: 1580,00 гр / 1850,00 гр	6-10 Пищевая ценность дня: Белки - 80,41 г, Жиры - 87,15 г, Углеводы - 260,09 г, Калорийность - 2111,85 ккал 11-18 Пищевая ценность дня: Белки - 100,89 г, Жиры - 100,06 г, Углеводы - 339,07 г, Калорийность - 2575,35 ккал		
--------------------------------	---	--	--

Цены указаны с учетом НДС
Рук.фил. ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Богачева Татьяна Владимировна)
Технолог (Петрова Елена Михайловна)
Зав.производством (Кислицына В. В.)

