ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.

Меню

среда

" 24" января 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
	Завтрак		
30/30	**Икра овощная** Пищевая ценность: Белки - 0,51 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 40,8 ккал	пор	
90/100	**Котлеты рубленые из мяса птицы** Пищевая ценность: Белки -17,05/18,94 г, Жиры - 15,17/16,86 г, Углеводы -13,86/15,40, Калорийность - 251,97/279,98 ккал	пор	
150/180	**Каша гречневая вязкая** Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57 ккал	пор	
196/4	**Чай с лимоном** Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	**Хлеб пшеничный** Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
510/550	*Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,53/28,31 г, Жиры - 22,37/25,01 г, Углеводы - 70,58/76,13 г, Калорийность - 581,92/638,10 ккал*		
	Стоимость	*82,96/96,46*	
	Обед		
60/100	**Винегрет овощной** Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	
195/5 244/6	**Рассольник московский со сметаной** Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,18 г, Жиры - 4,08/5,1 г, Углеводы - 10,71/13,38 г, Калорийность - 88,53/110,67 ккал	пор	
200/250	**Плов из мяса** Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 452,02/574,98 ккал	пор	
180/180	**Компот из свежих яблок** Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 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	
700/860	*Пищевая ценность обеда: Белки - 23,98/30,85 г, Жиры - 37,99/50,53 г, Углеводы - 100,23/126,93 г, Калорийность - 812,42/1049,48 ккал*		
	Стоимость	*124,44/144,67*	
	Полдник		
100/150	**Булочка домашняя** Пищевая ценность: Белки -12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	
200/200	**Чай с сахаром** Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	*Пищевая ценность полдника: Белки - 12,5/18,65 г, Жиры - 12,81/19,19 г, Углеводы - 90,67/129,49 г, Калорийность - 527,45/764,48 ккал*		
	Стоимость	*62,22/72,33*	

ИТОГО: 1510/1760	*Пищевая ценность дня: Белки - 62,01/77,82 г, Жиры - 73,16/94,73 г, Углеводы - 261,5/332,55 г, Калорийность - 1921,77/2452,06 ккал*

Технолог _____ (Т.В. Богомолова)

Зав. производством _____ (Кислицына В. В.)