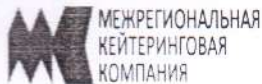


Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная"



Согласовано

Директор МАДУ ООШ № 3г. Сосновоборска

С. К. Гайдаева

Меню 01.06.2023г

Четверг - 1

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применяются: мясные добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения из сырья с применением гено-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно <small>Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал</small>	пор	
15	Сыр порционно <small>Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал</small>	пор	
150/200	Омлет натуральный <small>6-10 Пищевая ценность: Белки - 25,72 г, Жиры - 27,35 г, Углеводы - 4,57 г, Калорийность - 367,58 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал</small>	пор	
200	Кофейный напиток с молоком <small>Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 ккал</small>	пор	
50	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал</small>	пор	
100	Фрукт "яблоко" <small>Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 525/575 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 37,20 г, Жиры - 41,83 г, Углеводы - 61,17 г, Калорийность - 774,15 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 45,62 г, Жиры - 51,23 г, Углеводы - 62,67 г, Калорийность - 898,97 ккал		
Обед			
60/100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом <small>6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,57 г, Жиры - 3,09 г, Углеводы - 4,45 г, Калорийность - 36,19 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 7,41 г, Калорийность - 60,32 ккал</small>	пор	
196/4 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной <small>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</small>	пор	
90/100	Котлета рубленая из мяса птицы <small>6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,21 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 11,28 г, Калорийность - 256,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 19,25 г, Жиры - 17,13 г, Углеводы - 12,94 г, Калорийность - 284,12 ккал</small>	пор	
30	Соус томатный <small>Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал</small>	пор	
150/180	Каша гречневая рассыпчатая <small>6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,45 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,32 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,93 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 ккал</small>	пор	
180	Сок в ассортименте <small>Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал</small>	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал</small>	пор	
20	Хлеб пшеничный <small>Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал</small>	пор	
ИТОГО: 780/910 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 37,87 г, Жиры - 34,42 г, Углеводы - 125,63 г, Калорийность - 934,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 42,48 г, Жиры - 40,95 г, Углеводы - 141,29 г, Калорийность - 1063,36 ккал		
ИТОГО: 1485/1305 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 74,97 г, Жиры - 76,24 г, Углеводы - 186,80 г, Калорийность - 1708,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 88,10 г, Жиры - 92,19 г, Углеводы - 203,96 г, Калорийность - 1962,33 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)





Меню 02.06.2023г

Пятница- 1

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения с применением генно-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200/250	Каша молочная "Дружба" 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,20 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,51 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 33,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,16 г, Жиры - 18,62 г, Углеводы - 83,69 г, Калорийность - 572,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 16,62 г, Жиры - 20,12 г, Углеводы - 92,35 г, Калорийность - 626,66 ккал		
Обед			
60/100	Салат из сырых овощей 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,98 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне 6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,23 г, Углеводы - 22,47 г, Калорийность - 167,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,71 г, Жиры - 9,03 г, Углеводы - 27,83 г, Калорийность - 209,04 ккал	пор	
200 250	Рагу овощное из птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 19,29 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 24,47 г, Калорийность - 213,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 23,98 г, Жиры - 8,24 г, Углеводы - 30,36 г, Калорийность - 262,92 ккал	пор	
176/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
100	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 24,00 г, Жиры - 47,00 г, Углеводы - 140,00 г, Калорийность - 1100,00 ккал	пор	
ИТОГО: 810/950 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 56,95 г, Жиры - 66,97 г, Углеводы - 238,38 г, Калорийность - 1768,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 63,83 г, Жиры - 72,93 г, Углеводы - 253,15 г, Калорийность - 1901,20 ккал		
ИТОГО: 1435/1625 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 72,12 г, Жиры - 85,60 г, Углеводы - 322,07 г, Калорийность - 2341,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 80,45 г, Жиры - 93,65 г, Углеводы - 348,50 г, Калорийность - 2527,86 ккал		
			Стоимость 264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Петрова Елена Михайловна

Технолог

Заведующая производством



Петрова Елена Михайловна
(Петрова Елена Михайловна)
Кислицына В. В.
(Кислицына В. В.)

Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Согласовано

Директор ИАОУ ООШ № 17, Сосновоборска

С. К. Гайдаева

Меню: 3.06.2023г

Суббота - 1

Лагерь 6-10 лет / 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения, генно-модифицированные организмы

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200	Суп молочный с вермишелью	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,67 г, Жиры - 3,87 г, Углеводы - 17,70 г, Калорийность - 125,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,84 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 22,12 г, Калорийность - 153,30 ккал		
200	Чай с молоком Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "груша" Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 15,45 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,70 г, Жиры - 17,19 г, Углеводы - 73,32 г, Калорийность - 511,13 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,87 г, Жиры - 18,15 г, Углеводы - 77,75 г, Калорийность - 542,39 ккал		
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г, Калорийность - 11,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 14,43 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,16 ккал	пор	
90/100	Зразы рубленые из мяса 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,71 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 258,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,23 г, Жиры - 20,39 г, Углеводы - 22,78 г, Калорийность - 287,43 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	Напиток витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,46 г, Калорийность - 70,20 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 27,81 г, Жиры - 28,18 г, Углеводы - 110,68 г, Калорийность - 754,26 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 30,70 г, Жиры - 32,38 г, Углеводы - 121,64 г, Калорийность - 844,99 ккал		
ИТОГО: 1375/1555 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 42,51 г, Жиры - 45,37 г, Углеводы - 184,00 г, Калорийность - 1269,39 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 46,58 г, Жиры - 50,53 г, Углеводы - 199,39 г, Калорийность - 1387,38 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог

(Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством

(Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборская

С. К. Гайдаева

Меню 05.06.2023г

Понедельник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения с применением гелина - модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200 250	Каша рисовая молочная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,65 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,78 г, Жиры - 17,57 г, Углеводы - 87,65 г, Калорийность - 577,32 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 16,18 г, Жиры - 19,00 г, Углеводы - 97,21 г, Калорийность - 634,18 ккал		
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционно 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г, Калорийность - 60,3224,00 ккал	пор	
197/3 246/4	Щи из свежей капусты со сметаной 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	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом 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 перловая рассыпчатая 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 33,52 г, Калорийность - 190,55 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,63 г, Жиры - 5,01 г, Углеводы - 40,22 г, Калорийность - 228,66 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 780/910 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 29,75 г, Жиры - 29,46 г, Углеводы - 117,51 г, Калорийность - 833,92 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 33,12 г, Жиры - 32,81 г, Углеводы - 131,18 г, Калорийность - 928,33 ккал		
ИТОГО: 1405/1585 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 44,53 г, Жиры - 47,03 г, Углеводы - 205,16 г, Калорийность - 1411,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 49,30 г, Жиры - 51,80 г, Углеводы - 228,39 г, Калорийность - 1562,51 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

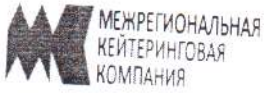
ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная"



Согласовано

Директор ЗАО ООШ №3 Сосновоборска
С. К. Гайдава

Меню 06.06.2023г

Вторник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: плавленые сыровые изделия, продукты приготовления из сырья с применением сыра - ферментированное, органическое

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
90/30	Тефтели мясные с томатным соусом	пор	
100/30	6-10 Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 16,66 г, Углеводы - 25,06 г, Калорийность - 240,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,19 г, Жиры - 16,25 г, Углеводы - 25,85 г, Калорийность - 241,97 ккал	пор	
150	Каша гречневая вязкая	пор	
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	
196/4	Чай с лимоном	пор	
50	Хлеб пшеничный	пор	
100	Фрукт "яблоко"	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал		
ИТОГО: 620/660 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,97 г, Жиры - 21,63 г, Углеводы - 93,80 г, Калорийность - 599,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 23,22 г, Жиры - 22,18 г, Углеводы - 98,60 г, Калорийность - 629,79 ккал		
Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал		
200	Суп картофельный с горохом	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,98 ккал		
90/100	Цыпленок запеченный	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,84 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал		
150/180	Картофельное пюре	пор	
	6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал		
180	Сок в ассортименте	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал		
50	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал		
20	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал		
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 40,91 г, Жиры - 38,75 г, Углеводы - 104,64 г, Калорийность - 907,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 45,82 г, Жиры - 44,52 г, Углеводы - 120,78 г, Калорийность - 1026,49 ккал		
ИТОГО: 1370/1540 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 61,88 г, Жиры - 60,39 г, Углеводы - 198,44 г, Калорийность - 1506,66 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 69,03 г, Жиры - 66,71 г, Углеводы - 219,38 г, Калорийность - 1656,28 ккал		
	Стоимость	264,38	

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Жислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 37 г. Сосновоборска
Гайдаева

Меню 07.06.2023г

Среда - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты приготовления из сырья с применением генина - мод. ферментированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
60	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,50 ккал	пор	
155/25 172/28	Рожки отварные с сыром 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 - 12,60 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "груша" Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 15,45 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 640/660 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 22,51 г, Жиры - 15,04 г, Углеводы - 105,83 г, Калорийность - 551,28 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 24,07 г, Жиры - 16,64 г, Углеводы - 110,78 г, Калорийность - 583,27 ккал		
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г, Калорийность - 11,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,43 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,16 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,68 г, Жиры - 6,75 г, Углеводы - 27,51 г, Калорийность - 218,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 8,43 г, Углеводы - 34,39 г, Калорийность - 272,54 ккал	пор	
180	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,89 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 710/850 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 28,97 г, Жиры - 12,92 г, Углеводы - 96,32 г, Калорийность - 555,61 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 34,10 г, Жиры - 15,86 г, Углеводы - 107,22 г, Калорийность - 578,99 ккал		
ИТОГО: 1350/1510 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 51,48 г, Жиры - 27,96 г, Углеводы - 202,16 г, Калорийность - 1110,69 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 58,17 г, Жиры - 32,49 г, Углеводы - 218,00 г, Калорийность - 1374,27 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

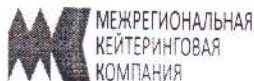
ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная"



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 37, Сосновы Борки

С. К. Гайдаева

Меню 8.06.2023г

Четверг - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применять: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения из сырья с применением соли - модифицированные ароматизаторы

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. И. М.	Цена
Завтрак			
90/100	Цыпленок запеченный 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,96 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,84 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу овощное 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,36 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	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 640/680 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 30,60 г, Жиры - 31,45 г, Углеводы - 72,79 г, Калорийность - 671,61 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 33,66 г, Жиры - 35,42 г, Углеводы - 77,36 г, Калорийность - 732,22 ккал		
Обед			
60/100	Салат из сырых овощей 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,98 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с вермишелью 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
45/45 50/50	Гуляш из птицы 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 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 - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 154,57 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 119,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
100	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 24,00 г, Жиры - 47,00 г, Углеводы - 140,00 г, Калорийность - 1100,00 ккал	пор	
ИТОГО: 850/980 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 55,83 г, Жиры - 65,69 г, Углеводы - 232,57 г, Калорийность - 1736,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 59,29 г, Жиры - 70,56 г, Углеводы - 244,63 г, Калорийность - 1851,11 ккал		
ИТОГО: 1490/1660 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 86,43 г, Жиры - 97,13 г, Углеводы - 309,37 г, Калорийность - 2472,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 92,95 г, Жиры - 106,98 г, Углеводы - 312,68 г, Калорийность - 2702,04 ккал		
Стоимость меню			264,38

Цены указаны с учетом НДС

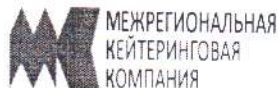
ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Исидкина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАУО БОШ № 3 - Новооборска
К. Гайдаева

Меню 09.06.2023г

Пятница - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
130/20 150/20	Запеканка творожная со молоком сгущенным 6-10 Пищевая ценность: Белки - 21,48 г, Жиры - 12,63 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 328,71 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,07 г, Жиры - 14,58 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 382,42 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	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
50	Мармелад Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,00г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
ИТОГО: 460/480 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 25,66 г, Жиры - 20,34 г, Углеводы - 108,80 г, Калорийность - 727,56 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 29,23 г, Жиры - 22,29 г, Углеводы - 114,05 г, Калорийность - 771,27 ккал		
Обед			
60/100	Нарезка овощная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,90г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 2,85 г, Калорийность - 17,50 ккал	пор	
196/4 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной 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	
200 250	Плов из мяса птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,08 г, Жиры - 7,70 г, Углеводы - 38,84 г, Калорийность - 290,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,25 г, Жиры - 10,40 г, Углеводы - 48,85 г, Калорийность - 372,46 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 710/850 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 31,59 г, Жиры - 14,53 г, Углеводы - 108,82 г, Калорийность - 722,87 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 37,54 г, Жиры - 18,48 г, Углеводы - 122,97 г, Калорийность - 771,36 ккал		
ИТОГО: 1170/1330 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 57,24 г, Жиры - 34,86 г, Углеводы - 217,62 г, Калорийность - 1544,42 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 66,76 г, Жиры - 40,77 г, Углеводы - 227,03 г, Калорийность - 1554,62 ккал		
Сумма всего			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная

**МЕЖРЕГИОНАЛЬНАЯ
КЕЙТЕРИНГОВАЯ
КОМПАНИЯ**

Согласовано

Директор ИАОУ ООШ № 7, Сосновоборска
С. К. Гайдаева

Меню 10.06.2023г

Суббота - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: лишнее добавок, биологически активные добавки, продукты животного происхождения, искусственные ароматизаторы, модифицированные крахмалы

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. ИЗМ.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200	Суп молочный с вермишелью	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,67 г, Жиры - 3,87 г, Углеводы - 17,70 г, Калорийность - 125,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,84 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 22,12 г, Калорийность - 153,30 ккал		
200	Чай с молоком Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "груша" Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 15,45 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,70 г, Жиры - 17,19 г, Углеводы - 73,32 г, Калорийность - 511,13 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,87 г, Жиры - 18,15 г, Углеводы - 77,75 г, Калорийность - 542,39 ккал		
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г, Калорийность - 11,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 14,43 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,16 ккал	пор	
90/100	Зразы рубленые из мяса 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,71 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 258,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,23 г, Жиры - 20,39 г, Углеводы - 22,78 г, Калорийность - 287,43	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	Напиток витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,46 г, Калорийность - 70,20 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 27,81 г, Жиры - 28,18 г, Углеводы - 110,68 г, Калорийность - 758,26 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 30,70 г, Жиры - 32,38 г, Углеводы - 121,64 г, Калорийность - 844,99 ккал		
ИТОГО: 1375/1555 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 42,51 г, Жиры - 45,37 г, Углеводы - 184,00 г, Калорийность - 1265,39 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 46,58 г, Жиры - 50,53 г, Углеводы - 199,39 г, Калорийность - 1387,38 ккал		
			Стоимость 264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)

Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАТУ ООШ № 3г. Октябрьского района
С. К. Гайдарова

Меню 13.06.2023г

Вторник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: лишние добавки, высококалорийные добавки, продукты приготовленные из сырья с вредными свойствами, модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционное Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
155/25 172/28	Рожки отварные с сыром 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 - 12,60 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 590/610 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 19,12 г, Жиры - 19,00 г, Углеводы - 95,82 г, Калорийность - 640,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 20,68 г, Жиры - 20,60 г, Углеводы - 100,76 г, Калорийность - 680,91 ккал		
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г, Калорийность - 24,00 ккал	пор	
197/3 246/4	Щи из свежей капусты со сметаной 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 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 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,01 г, Жиры - 4,28 г, Углеводы - 33,07 г, Калорийность - 187,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,84 г, Жиры - 5,29 г, Углеводы - 39,94 г, Калорийность - 226,97 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 32,20 г, Жиры - 17,51 г, Углеводы - 109,87 г, Калорийность - 696,64 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 35,67 г, Жиры - 19,95 г, Углеводы - 122,92 г, Калорийность - 775,31 ккал		
ИТОГО: 1340/1490 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 51,32 г, Жиры - 36,51 г, Углеводы - 205,69 г, Калорийность - 1337,28 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 56,35 г, Жиры - 40,55 г, Углеводы - 223,68 г, Калорийность - 1456,21 ккал		
Стоимость:			264,38

Цены указаны с учетом НДС

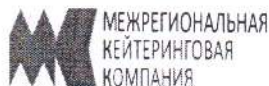
И.О. руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кириллина Э. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная"



Согласовано



Меню 14.06.2023г

Среда - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялась 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			
30/40	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,30 ккал	пор	
200 250	Плов из мяса птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,08 г, Жиры - 7,70 г, Углеводы - 38,84 г, Калорийность - 290,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,25 г, Жиры - 10,40 г, Углеводы - 48,85 г, Калорийность - 372,46	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	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
50	Зефир в шоколаде Пищевая ценность: Белки - 1,00 г, Жиры - 5,20 г, Углеводы - 34,45 г, Калорийность - 189,50 ккал	пор	
ИТОГО: 530/590 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 25,33 г, Жиры - 13,39 г, Углеводы - 111,63 г, Калорийность - 656,03 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 30,57 г, Жиры - 16,09 г, Углеводы - 121,82 г, Калорийность - 732,61 ккал		
Обед			
60/100	Нарезка овощная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,90 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 2,85 г, Калорийность - 17,50 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с вермишелью 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
60/30 70/30	Рыба тушенная с овощами 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,04 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 104,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,08 г, Жиры - 14,60 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 113,60 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 27,01 г, Жиры - 21,32 г, Углеводы - 92,78 г, Калорийность - 572,21 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 30,44 г, Жиры - 24,67 г, Углеводы - 101,75 г, Калорийность - 615,23 ккал		
ИТОГО: 1280/1470 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 52,33 г, Жиры - 34,71 г, Углеводы - 204,40 г, Калорийность - 1215,74 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 61,01 г, Жиры - 40,76 г, Углеводы - 223,57 г, Калорийность - 1383,84 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 3, Сосновка
С. К. Гайдаева

Меню 15.06.2023г

Четверг - 3

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применять: лишние добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением соли - модифицированные продукты

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. и. е.	Цена
Завтрак			
90/100	Цыпленок запеченный 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,96 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,84 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу овощное 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,36 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	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,35 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 640/680 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 30,60 г, Жиры - 31,45 г, Углеводы - 72,79 г, Калорийность - 571,15 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 33,66 г, Жиры - 35,42 г, Углеводы - 77,36 г, Калорийность - 731,15 ккал		
Обед			
60/100	Салат из сырых овощей 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,98 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с вермишелью 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
45/45 50/50	Гуляш из птицы 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 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 - 5,56 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 154,57 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 119,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
100	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 24,00 г, Жиры - 47,00 г, Углеводы - 140,00 г, Калорийность - 1100,00 ккал	пор	
ИТОГО: 850/980 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 55,83 г, Жиры - 65,69 г, Углеводы - 232,57 г, Калорийность - 1736,24 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 59,29 г, Жиры - 70,56 г, Углеводы - 246,43 г, Калорийность - 1850,18 ккал		
ИТОГО: 1490/1660 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 86,43 г, Жиры - 97,13 г, Углеводы - 365,37 г, Калорийность - 2472,42 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 92,95 г, Жиры - 105,95 г, Углеводы - 392,68 г, Калорийность - 2706,04 ккал		
Стоимость меню			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Исидина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 1г. Сосновоборск
С. К. Гайдава

Меню 16.06.2023г

Пятница - 3

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: лишние добавки, биологически активные добавки, продукты приготовленные из сырья с применением легиона - модифицированных стабилизаторов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	г.ср	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200/250	Каша молочная "Дружба" 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,83 г, Жиры - 6,71 г, Углеводы - 33,77 г, Калорийность - 219,47 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 7,29 г, Жиры - 8,20 г, Углеводы - 42,43 г, Калорийность - 273,57 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 33,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 15,16 г, Жиры - 18,62 г, Углеводы - 83,69 г, Калорийность - 572,55 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 16,62 г, Жиры - 20,12 г, Углеводы - 92,35 г, Калорийность - 626,66 ккал		
Обед			
60/100	Салат из сырых овощей 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,98 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне 6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,23 г, Углеводы - 22,47 г, Калорийность - 167,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,71 г, Жиры - 9,03 г, Углеводы - 27,83 г, Калорийность - 209,04 ккал	пор	
200 250	Рагу овощное из птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 19,29 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 24,47 г, Калорийность - 213,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 23,98 г, Жиры - 8,24 г, Углеводы - 30,36 г, Калорийность - 262,92 ккал	пор	
176/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
100	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 24,00 г, Жиры - 47,00 г, Углеводы - 140,00 г, Калорийность - 1100,00 ккал	пор	
ИТОГО: 810/950 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 56,95 г, Жиры - 66,97 г, Углеводы - 238,38 г, Калорийность - 1761,75 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 63,83 г, Жиры - 72,93 г, Углеводы - 253,15 г, Калорийность - 1901,20 ккал		
ИТОГО: 1435/1625 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 72,12 г, Жиры - 85,60 г, Углеводы - 322,07 г, Калорийность - 2341,31 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 80,45 г, Жиры - 93,05 г, Углеводы - 345,50 г, Калорийность - 2527,86 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кириллина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Меню 17.06.2023г

Суббота - 3.

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. ИЗМ.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200 250	Суп молочный с вермишелью 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,67 г, Жиры - 3,87 г, Углеводы - 17,70 г, Калорийность - 125,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,84 г, Жиры - 4,84 г, Углеводы - 22,12 г, Калорийность - 153,30 ккал	пор	
200	Чай с молоком Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "груша" Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 15,45 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 625/675 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 14,70 г, Жиры - 17,19 г, Углеводы - 73,32 г, Калорийность - 511,13 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,87 г, Жиры - 18,15 г, Углеводы - 77,75 г, Калорийность - 542,39 ккал		
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г, Калорийность - 11,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 14,43 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,16 ккал	пор	
90/100	Зразы рубленые из мяса 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,71 г, Жиры - 18,35 г, Углеводы - 20,51 г, Калорийность - 258,69 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,23 г, Жиры - 20,39 г, Углеводы - 22,78 г, Калорийность - 287,43 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	Напиток витаминизированный Пищевая ценность: Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,46 г, Калорийность - 70,20 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 27,81 г, Жиры - 28,18 г, Углеводы - 110,68 г, Калорийность - 758,26 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 30,70 г, Жиры - 32,38 г, Углеводы - 121,64 г, Калорийность - 844,99 ккал		
ИТОГО: 1375/1555 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 42,51 г, Жиры - 45,37 г, Углеводы - 184,00 г, Калорийность - 1269,39 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 46,58 г, Жиры - 50,53 г, Углеводы - 199,39 г, Калорийность - 1387,38 ккал		
			Стоимость 264,38

Цены указаны с учетом НДС

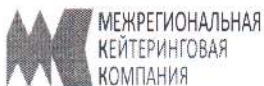
ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

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

Меню 19.06.2023г

Понедельник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялись: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения из сырья с применением гено-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200 250	Каша рисовая молочная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 5,45 г, Жиры - 5,65 г, Углеводы - 37,72 г, Калорийность - 224,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 6,85 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 47,29 г, Калорийность - 281,09 ккал	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО:	6-10 Пищевая ценность : Белки - 14,78 г, Жиры - 17,57 г, Углеводы - 87,65 г, Калорийность - 577,32 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 16,18 г, Жиры - 19,00 г, Углеводы - 97,21 г, Калорийность - 634,18 ккал		
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционно 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г, Калорийность - 60,3224,00 ккал	пор	
197/3 246/4	Щи из свежей капусты со сметаной 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	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом 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 перловая рассыпчатая 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,69 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 33,52 г, Калорийность - 190,55 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,63 г, Жиры - 5,01 г, Углеводы - 40,22 г, Калорийность - 228,66 ккал	пор	
180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,00г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО:	6-10 Пищевая ценность : Белки - 29,75 г, Жиры - 29,46 г, Углеводы - 117,51 г, Калорийность - 833,92 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 33,12 г, Жиры - 32,81 г, Углеводы - 131,18 г, Калорийность - 928,33 ккал		
ИТОГО:	6-10 Пищевая ценность : Белки - 44,53 г, Жиры - 47,03 г, Углеводы - 205,16 г, Калорийность - 1411,24 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 49,30 г, Жиры - 51,80 г, Углеводы - 228,39 г, Калорийность - 1562,51 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная"

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 20.06.2023г

Вторник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применялось: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения с применением гено-модифицированных организмов

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
90/30	Тефтели мясные с томатным соусом	пор	
100/30	6-10 Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 16,66 г, Углеводы - 25,06 г, Калорийность - 240,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,19 г, Жиры - 16,25 г, Углеводы - 25,85 г, Калорийность - 241,97 ккал		
150	Каша гречневая вязкая	пор	
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		
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
100	Фрукт "яблоко" Пищевая ценность: Белки - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 620/660 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 20,97 г, Жиры - 21,63 г, Углеводы - 93,80 г, Калорийность - 599,69 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 23,22 г, Жиры - 22,18 г, Углеводы - 98,60 г, Калорийность - 629,79 ккал		
Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
200	Суп картофельный с горохом	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,98 ккал		
90/100	Цыпленок запеченный 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,34 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 40,91 г, Жиры - 38,75 г, Углеводы - 104,64 г, Калорийность - 907,17 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 45,82 г, Жиры - 44,52 г, Углеводы - 120,78 г, Калорийность - 1026,49 ккал		
ИТОГО: 1370/1540 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 61,88 г, Жиры - 60,39 г, Углеводы - 198,44 г, Калорийность - 1506,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 69,03 г, Жиры - 66,71 г, Углеводы - 219,38 г, Калорийность - 1656,28 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная

Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборска

С. К. Гайдаева



Меню 21.06.2023г

Среда - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
60	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,50 ккал	пор	
155/25 172/28	Рожки отварные с сыром 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 - 12,60 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88г, Жиры - 3,10 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "груша" Пищевая ценность: Белки - 0,60 г, Жиры - 0,45 г, Углеводы - 15,45 г, Калорийность - 70,50 ккал	пор	
ИТОГО: 640/660 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 22,51 г, Жиры - 15,04 г, Углеводы - 105,83 г, Калорийность - 654,68 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 24,07 г, Жиры - 16,64 г, Углеводы - 110,78 г, Калорийность - 695,27 ккал		
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,42 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 6,60 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,70 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 1,90 г, Калорийность - 11,00 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,66 г, Жиры - 4,13 г, Углеводы - 14,43 г, Калорийность - 106,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,09 г, Жиры - 5,34 г, Углеводы - 17,69 г, Калорийность - 130,16 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,68 г, Жиры - 6,75 г, Углеводы - 27,51 г, Калорийность - 218,03 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 22,10 г, Жиры - 8,43 г, Углеводы - 34,39 г, Калорийность - 272,54 ккал	пор	
180	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 88,89 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 710/850 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 28,97 г, Жиры - 12,92 г, Углеводы - 96,32 г, Калорийность - 596,01 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 34,10 г, Жиры - 15,86 г, Углеводы - 107,22 г, Калорийность - 678,99 ккал		
ИТОГО: 1350/1510 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 51,48 г, Жиры - 27,96 г, Углеводы - 202,16 г, Калорийность - 1250,69 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 58,17 г, Жиры - 32,49 г, Углеводы - 218,00 г, Калорийность - 1374,27 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

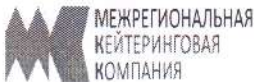
ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборская

О. К. Гайдаева

Меню 22.06.2023г

Четверг - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

При приготовлении блюд не применяются: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты животного происхождения из сырья животного происхождения, модифицированные организмы

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
90/100	Цыпленок запеченый 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,96 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,84 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Рагу овощное 6-10 Пищевая ценность: Белки - 2,89 г, Жиры - 6,36 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	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
150	Фрукт "апельсин" Пищевая ценность: Белки - 1,35 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 12,15 г, Калорийность - 64,50 ккал	пор	
ИТОГО: 640/680 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 30,60 г, Жиры - 31,45 г, Углеводы - 72,79 г, Калорийность - 671,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 33,66 г, Жиры - 35,42 г, Углеводы - 77,36 г, Калорийность - 731,86 ккал		
Обед			
60/100	Салат из сырых орощей 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,68 г, Жиры - 4,08 г, Углеводы - 5,29 г, Калорийность - 61,17 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,13 г, Жиры - 6,80 г, Углеводы - 8,81 г, Калорийность - 101,98 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с вермишелью 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,18 г, Жиры - 2,31 г, Углеводы - 12,54 г, Калорийность - 73,09 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,55 г, Жиры - 3,37 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 93,34 ккал	пор	
45/45 50/50	Гуляш из птицы 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 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 - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Кампот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал		
100	Йогурт в стаканчиках Пищевая ценность: Белки - 24,00 г, Жиры - 47,00 г, Углеводы - 140,00 г, Калорийность - 1100,00 ккал	пор	
ИТОГО: 850/980 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 55,83 г, Жиры - 65,69 г, Углеводы - 232,57 г, Калорийность - 1736,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 59,29 г, Жиры - 70,56 г, Углеводы - 244,68 г, Калорийность - 1834,19 ккал		
ИТОГО: 1490/1660 г	6-10 Пищевая ценность: Белки - 86,43 г, Жиры - 97,13 г, Углеводы - 305,37 г, Калорийность - 2408,21 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 92,95 г, Жиры - 106,98 г, Углеводы - 322,05 г, Калорийность - 2566,04 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборска

С. К. Гайдава

Меню 23.06.2023г

Пятница - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18	Название	Ед. ИЗМ.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
130/20 150/20	Запеканка творожная со молоком сгущенным 6-10 Пищевая ценность: Белки - 21,48 г, Жиры - 12,63 г, Углеводы - 31,21 г, Калорийность - 328,71 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,07 г, Жиры - 14,58 г, Углеводы - 36,46 г, Калорийность - 382,42 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	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
50	Мармелад Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,00г, Углеводы - 39,70 г, Калорийность - 160,50 ккал	пор	
ИТОГО: 460/480 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 25,66 г, Жиры - 20,34 г, Углеводы - 108,80 г, Калорийность - 727,56 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 29,23 г, Жиры - 22,29 г, Углеводы - 114,05 г, Калорийность - 781,27 ккал		
Обед			
60/100	Нарезка овощная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,50 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,90г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 2,85 г, Калорийность - 17,50 ккал	пор	
196/4 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной 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	
200 250	Плов из мяса птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 20,08 г, Жиры - 7,70 г, Углеводы - 38,84 г, Калорийность - 290,98 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 25,25 г, Жиры - 10,40 г, Углеводы - 48,85 г, Калорийность - 372,46 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 710/850 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 31,59 г, Жиры - 14,53 г, Углеводы - 108,82 г, Калорийность - 663,87 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 37,54 г, Жиры - 18,48 г, Углеводы - 122,97 г, Калорийность - 773,36 ккал		
ИТОГО: 1170/1330 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 57,24 г, Жиры - 34,86 г, Углеводы - 217,62 г, Калорийность - 1391,42 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 66,76 г, Жиры - 40,77 г, Углеводы - 237,03 г, Калорийность - 1554,62 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО"Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____/(Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

Директор МАОУ ООШ № 3г. Сосновоборская

С. К. Гайдаева

Меню 24.06.2023г

Суббота - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200	Суп молочный с рисом	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,93 г, Жиры - 6,52 г, Углеводы - 20,56 г, Калорийность - 170,11 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,67 г, Жиры - 8,15 г, Углеводы - 25,70 г, Калорийность - 212,63 ккал	пор	
200	Чай с молоком Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
100	Фрукт "яблоко" Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 575/625 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 16,76 г, Жиры - 19,79 г, Углеводы - 70,53 г, Калорийность - 532,69 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 18,50 г, Жиры - 21,42 г, Углеводы - 75,67 г, Калорийность - 575,22 ккал		
Обед			
60/100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,57 г, Жиры - 3,09 г, Углеводы - 4,45 г, Калорийность - 36,19 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 7,41 г, Калорийность - 60,32 ккал	пор	
200	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	пор	
250	6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,97 г, Жиры - 7,23 г, Углеводы - 22,47 г, Калорийность - 167,23 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,71 г, Жиры - 9,03 г, Углеводы - 27,83 г, Калорийность - 209,04 ккал	пор	
60/30	Рыба тушеная с овощами	пор	
70/30	6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,04 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 104,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,08 г, Жиры - 14,60 г, Углеводы - 3,12 г, Калорийность - 113,60 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 ккал	пор	
176/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,17 г, Калорийность - 50,76 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 29,83 г, Жиры - 29,29 г, Углеводы - 99,34 г, Калорийность - 675,71 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 34,64 г, Жиры - 35,38 г, Углеводы - 112,33 г, Калорийность - 779,91 ккал		
ИТОГО: 1325/1505 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 46,59 г, Жиры - 49,08 г, Углеводы - 169,87 г, Калорийность - 1208,40 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 53,13 г, Жиры - 56,80 г, Углеводы - 188,00 г, Калорийность - 1355,13 ккал		
		Стоимость	264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____ (Петрова Елена Михайловна)

Технолог _____ (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством _____ (Кислицина В. В.)



Общество с ограниченной
ответственностью
"Межрегиональная



Согласовано

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

Меню 26.06.2023г

Понедельник - 1

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
200 250	Каша пшенная молочная 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,80 г, Жиры - 7,08 г, Углеводы - 45,75 г, Калорийность - 282,79 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 57,61 г, Калорийность - 355,34 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
100	Фрукт "яблоко" Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 575/625 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 17,21 г, Жиры - 19,10 г, Углеводы - 93,45 г, Калорийность - 619,74 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 19,44 г, Жиры - 20,88 г, Углеводы - 105,30 г, Калорийность - 692,29 ккал		
Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с горохом 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,98 ккал	пор	
90/100	Шницель 6-10 Пищевая ценность: Белки - 13,46 г, Жиры - 13,51 г, Углеводы - 13,47 г, Калорийность - 230,83 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 15,57 г, Жиры - 15,91 г, Углеводы - 16,94 г, Калорийность - 275,59 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные 6-10 Пищевая ценность: Белки - 6,41 г, Жиры - 3,66 г, Углеводы - 40,94 г, Калорийность - 222,48 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор	
180	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 19,25 г, Калорийность - 858,79 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 34,64 г, Жиры - 27,76 г, Углеводы - 132,84 г, Калорийность - 908,34 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 39,84 г, Жиры - 33,20 г, Углеводы - 156,23 г, Калорийность - 1055,73 ккал		
ИТОГО: 1325/1505 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 51,85 г, Жиры - 46,86 г, Углеводы - 226,29 г, Калорийность - 1528,08 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 59,28 г, Жиры - 54,08 г, Углеводы - 261,53 г, Калорийность - 1748,02 ккал		
Стоимость			264,38

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог (Петрова Елена Михайловна)

Заведующая производством (Кислицина В. В.)

