



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждает

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню
среда

" 20 " декабря 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 2,61 г, Жиры - 2,61 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 34,4 ккал	пор	
10/10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200/250	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,34 г, Жиры - 11,61/14,51 г, Углеводы - 29,46/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал	пор	
200/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,84/18,51 г, Жиры - 23,49/26,40 г, Углеводы - 83,11/90,58 г, Калорийность - 612,53/674,94 ккал		
Стоимость		79,00/91,87	
Обед			
60/100	Салат витаминный Пищевая ценность: Белки - 0,77/1,283 г, Жиры - 3,09/5,15 г, Углеводы - 3,6/5,99 г, Калорийность - 46,12/76,87 ккал	пор	
200/250	Суп-лапша домашняя Пищевая ценность: Белки - 3,39/4,24 г, Жиры - 4,79/5,99 г, Углеводы - 11,77/14,71 г, Калорийность - 32,89/41,11 ккал	пор	
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 13,04/15,08 г, Жиры - 13,27/14,60 г, Углеводы - 3,12/3,46 г, Калорийность - 213,09/262,92 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	
180/180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,236 г, Калорийность - 74,6 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	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,92/35,98 г, Жиры - 19,6/24,35 г, Углеводы - 90,74/111,24 г, Калорийность - 577,45/700,56 ккал		
Стоимость		118,52/137,78	
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 г, Калорийность - 333,48/500,34	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 - 8,21/12,21 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,72 ккал		
Стоимость		59,27/68,88	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 55,97/66,71 г, Жиры - 53,89/66,93 г, Углеводы - 237,96/291,38 г, Калорийность - 1576,86/1329,22 ккал		

Технолог

(Т. В. Богомолова)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

