



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню
четверг

"11" апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/30	Тертели мясные с томатным соусом	пор	
100/30	Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал		
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 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 ккал	пор	
540/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,74/24,42 г, Жиры - 20,72/21,19 г, Углеводы - 99,41/108,68 г, Калорийность - 614,57/663,67 ккал		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
60/100	Салат "Степной" Пищевая ценность: Белки - 1,10/1,85 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,22/10,36 г, Калорийность - 68,94/114,87 ккал	пор	
194/6	Щи из свежей капусты со сметаной	пор	
242/8	Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал		
90/100	Рыба тушеная с овощами 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 рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,84 г, Жиры - 4,28/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	Напиток их обливихи Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,069 г, Углеводы - 7,42 г, Калорийность - 41,37 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 - 27,53/33,22 г, Жиры - 29,75/37,11 г, Углеводы - 90,96/114,98 г, Калорийность - 643,57/809,91 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Булочка сдобная Дорожная	пор	
200/200	Снежок Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 5,60 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал		
Стоимость			62,22/72,33
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 54,46/63,24 г, Жиры - 51,08/60,96 г, Углеводы - 194,03/228,83 г, Калорийность - 1359,82/1601,35 ккал		

Технолог (Т.В. Богомолова)

Зав. производством (Кислицына В. В.)

