

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ №3 Гайдаева С. К.

Меню
среда

"03" апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 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 - 4,17/7,18 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 птицы 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 сдобная Дорожная	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 - 0,200 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,040 г, Калорийность - 53,390 ккал		
Стоимость			62,22/72,33

ИТОГО: 1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 53,14/63,95 г, Жиры - 38,13/47,22 г, Углеводы - 182,77/215,61 г, Калорийность - 1260,51/1505,33 ккал		
----------------------------	--	--	--

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)