



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



Меню

понедельник

" 01 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
155/25	Рожки отварные с сыром	пор	
172/28	Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,60 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 339/379 ккал		
120/120	Фрцкт яблоки	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,40 ккал		
200/200	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
40/40	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал		
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,97 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
	Стоимость		82,96/96,46
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,10 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24,0/40,00 ккал		
194/6 242/8	Борщ из свежей капусты со сметаной	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,32/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал		
200/250	Рагу овощное из птицы	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 19,293/23,979 г, Жиры - 6,802/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,355 г, Калорийность - 213,091/309,07 ккал		
180/180	Компот из абрикосов	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 18,236 г, Калорийность - 74,595 ккал		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	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		
30/40	Хлеб пшеничный	пор	
	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		
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,43/38,38 г, Жиры - 12,90/16,02 г, Углеводы - 88,20/109,44 г, Калорийность - 553,97/690,21 ккал		
	Стоимость		124,44/144,67
Полдник			
100/150	Булочка сдобная Плюшка Московская	пор	
196/4	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
	Стоимость		62,22/72,33
ИТОГО 1540/1770	Пищевая ценность дня: Белки - 47,99/58,03 г, Жиры - 24,23/28,79 г, Углеводы - 190,37/215,92 г, Калорийность - 1141,90/1317,27 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

(Кислицына В. В.)

