

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ ООШ № 3 Гайдаева С. К.



## Меню

среда

" 24 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

| Выход, г         | Название  | Ед. изм.             | Цена, руб |
|------------------|---|----------------------|-----------|
| <b>Завтрак</b>   |   |                      |           |
| 20/20            | <b>Сыр порционный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал   | пор                  |           |
| 190/10<br>237/13 | <b>Каша геркулесовая с маслом</b><br>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          | <b>Чай с молоком и сахаром</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 ккал                           | пор                  |           |
| 40/40            | <b>Хлеб пшеничный</b><br>Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал  | пор                  |           |
| 40/40            | <b>Батон</b><br>Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал  | пор                  |           |
| 500/550          | <b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,36/21,03 г, Жиры - 18,85/21,76 г, Углеводы - 82,98/90,35 г, Калорийность - 580,83/643,24 ккал</b>                    |                      |           |
| <b>Стоимость</b> |   | <b>82,96/96,46</b>   |           |
| <b>Обед</b>      |   |                      |           |
| 60/100           | <b>Винегрет овощной</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,55 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал                | пор                  |           |
| 200/250          | <b>Суп-лапша домашняя</b><br>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           | <b>Гуляш из птицы</b><br>Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/6,49 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал               | пор                  |           |
| 150/180          | <b>Каша гречневая вязкая</b><br>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          | <b>Напиток из плодов шиповника</b><br>Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 ккал                          | пор                  |           |
| 30/40            | <b>Хлеб ржано-пшеничный</b><br>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            | <b>Хлеб пшеничный</b><br>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          | <b>Пищевая ценность обеда: Белки - 31,31/36,49 г, Жиры - 20,81/26,58 г, Углеводы - 91,82/114,25 г, Калорийность - 595,26/730,18 ккал</b>                      |                      |           |
| <b>Стоимость</b> |   | <b>124,44/144,67</b> |           |
| <b>Полдник</b>   |   |                      |           |
| 100/150          | <b>Булочка сдобная Лепёшка Майская</b>  | пор                  |           |
| 200/200          | <b>Сок в ассортименте</b><br>Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал  | пор                  |           |
| 300/350          | <b>Пищевая ценность полдника: Белки - 1,100 г, Жиры - 0,200 г, Углеводы - 24,400 г, Калорийность - 102,00 ккал</b>  |                      |           |
| <b>Стоимость</b> |   | <b>62,22/72,33</b>   |           |
| 1540/1790        | <b>Пищевая ценность дня: Белки - 50,53/57,07 г, Жиры - 33,11/40,09 г, Углеводы - 196,03/225,13 г, Калорийность - 1204,29/1383,38 ккал</b>                     |                      |           |

Технолог

( Т.В. Богомолова )

Зав. производством

( Кислицына В. В. )

