



Утверждаю
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Богомолова

Составлено по рецептам *Е. Д.*
 № *1* от *05.04.2024*

Меню
 неделя - 1, Пятница
 05.04.2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/20	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	82,96/96,46
40/40	Вафли Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 28,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
200/250	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 5,83/7,29 г, Жиры - 6,71/8,2 г, Углеводы - 33,77/42,43 г, Калорийность - 219,47/273,57 ккал	пор	
200/200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 58,39 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 - 15,855/17,315 г, Жиры - 21,185/22,680 г, Углеводы - 80,248/88,906 г, Калорийность - 465,956/520,056 ккал		
Обед			
60/100	Салат из свеклы с сыром Пищевая ценность: Белки - 2,199/3,665 г, Жиры - 4,459/7,432 г, Углеводы 4,664/7,773 г, Калорийность - 67,806/113,009 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп из овощей Пищевая ценность: Белки - 4,19/4,57 г, Жиры - 4,29/5,34 г, Углеводы - 11,42/14,28 г, Калорийность - 86,87/105,88 ккал	пор	
120/130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,09/15,61 г, Жиры - 18,58/19,80 г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 284,69/309,07 ккал	пор	
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 - 222,45/269,65 ккал	пор	
180/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,126 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 22,376 г, Калорийность - 92,54 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,846/38,145 г, Жиры - 32,223/38,762 г, Углеводы - 126,234/1152,61 г, Калорийность - 902,592/1 087,756 ккал		
Полдник			
100/150	Ттирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность - 320,72/481,18 ккал	пор	62,24/72,32
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	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 10,272/14,599 г, Жиры - 12,071/17,464 г, Углеводы - 67,139/93,404 г, Калорийность - 401,113/561,566 ккал		
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 57,973/70,059 г, Жиры - 65,479/78,906 г, Углеводы - 273,621/334,92 г, Калорийность -		

Технолог *Т. В. Богомолова* (Т.В. Богомолова)
 Зав. производством *Т. В. Богомолова*