



[Signature]

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МБ(А)ОУ: *[Signature]*

[Signature]

Меню

неделя 1, понедельник
09.10.2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
200/250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,29 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал	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	
40/50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,8 г, Жиры - 0,32/0,4 г, Углеводы - 19,68/24,6 г, Калорийность - 94,00/117,5 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,85/23,25 г, Жиры - 17,71/19,13 г, Углеводы - 74,47/84,03 г, Калорийность - 544,62/601,48 ккал		
Стоимость			79,00/91,87
Обед			
60/100	Огурцы свежие в нарезке Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,7 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,00 ккал	пор	
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/5,98 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83 /4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,16 г, Калорийность - 50,76 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 - 29,51/34,25 г, Жиры - 16,3/19,01 г, Углеводы - 84,28/104,11 г, Калорийность - 572,0/686,36 ккал		
Стоимость			118,52/137,78
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 г, Калорийность - 333,48/500,34 ккал	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 - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал		
Стоимость			59,27/68/88
ИТОГО 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 59,57/69,72 г, Жиры - 44,8/54,33 г, Углеводы - 222,85/277,8 г, Калорийность - 1543,5/1841,57 ккал		

Технолог

Зав. производством

[Signature]

[Signature]