



Утверждаю
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"
 Юридический адрес: Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Зинкина, д. 132/7013963

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Т.В. Богданова
И.В. Семенов
 и.и. *И.И. Семенов*

Меню

неделя-2 Вторник

12.03 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Свекла отварная Пищевая ценность: Белки - 0,45 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 2,64 г, Калорийность - 12,6 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,06/25,25 г, Жиры - 7,70/10,4 г, Углеводы - 38,84/46,85 г, Калорийность - 290,98/372,46 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,99/23,58 г, Жиры - 31,99/40,02 г, Углеводы - 92,84/102,78 г, Калорийность - 724,87/847,83 ккал		
Обед			
60/100	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Пищевая ценность: Белки - 2,575/4,282 г, Жиры - 5,12/8,533 г, Углеводы - 6,129/10,215 г, Калорийность - 81,054/135,090 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Борщ с фасолью и картофелем Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,48 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 0,294 г, Жиры - 0,190 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,129 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 - 222,48/269,65 ккал	пор	
180/180	Компот из яблок с лимоном Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 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 - 33,045/40,538 г, Жиры - 29,014/36,275 г, Углеводы - 119,399/147,535 г, Калорийность - 853,805/1056,620 ккал		
Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,95/15,96 г, Жиры - 13,68/22,84 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	62,22/72,33
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 - 9,064/13,493 г, Жиры - 10,752/16,108 г, Углеводы - 62,205/87,142 г, Калорийность - 365,503/520,966 ккал		
Итого: 1840/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,79/80,279 г, Жиры - 74,733/98,988 г, Углеводы - 293,194/373,223 г, Калорийность - 2068,628/2664,229 ккал		

Технолог

Т.В. Богданова (Т.В. Богданова)

Зав. производством _____