

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:
Генеральный директор

Согласовано:

Директор МАОУ СШ № 72

Е.Д.Донцова

Меню

неделя 1, суббота

30.09 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|---|----------|---------------|
| Завтрак: | | | |
| 10/10 | Масло сливочное порционное Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал | пор | |
| 210/260 | Вареники с творогом Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал | пор | |
| 200/200 | Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 0,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал | пор | |
| 40/40 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 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 - 9,88 г, Жиры - 18,32 г, Углеводы - 56,52 г, Калорийность - 431,63 ккал | | 79,00 / 91,87 |
| Стоимость | | | |

| | | | |
|------------------|---|-----|-----------------|
| Обед: | | | |
| 60/100 | Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,5 ккал | пор | |
| 200/250 | Суп из рыбных консервов Пищевая ценность: Белки - 5,11 г, Жиры - 7,47 г, Углеводы - 17,24 г, Калорийность - 139,23 ккал | пор | |
| 90/100 | Гуляш из мяса Пищевая ценность: Белки - 15,1 г, Жиры - 14,97 г, Углеводы - 7,35 г, Калорийность - 205,72 ккал | пор | |
| 150/180 | Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал | пор | |
| 180 | Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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 - | 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 - | пор | |
| 740/890 | Пищевая ценность обеда: Белки - 29,07/32,75 г, Жиры - 27,64/31,13 г, Углеводы - 90,86/110,52 г, Калорийность - 694,59/818,51 ккал | | 118,52 / 137,78 |
| Стоимость | | | |

| | | | |
|------------------|---|-----|-------------|
| Полдник: | | | |
| 100/150 | Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,75/19,13 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал | пор | |
| 200 | Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал | пор | |
| 300/350 | Пищевая ценность полдника: Белки - 13,4/19,55 г, Жиры - 12,95/19,33 г, Углеводы - 102,03/140,85 г, Калорийность - 576,06/813,09 ккал | | 59,27/68,88 |
| Стоимость | | | |
| ИТОГО: | Пищевая ценность дня: Белки - 52,35/62,19 г, Жиры - 58,92/68,79 г, Углеводы - 249,41/307,9 г, Калорийность - 1702,28/2063,23 ккал | | |

Технолог

Богачева Т.В.

Зав. производством

Алипова Л.А.