

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню**  
**понедельник**  
**" 01 " апреля 2024 г.**

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
155/25	<b>Рожки отварные с сыром</b>	пор	
172/28	Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,60 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 339/379 ккал		
120/120	<b>Фрцкт яблоки</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,40 ккал		
200/200	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал		
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,97 г, Жиры - 11,85/13,48 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Горошек зеленый отварной</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,10 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24,0/40,00 ккал		
194/6 242/8	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,32/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал		
200/250	<b>Рагу овощное из птицы</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 19,293/23,979 г, Жиры - 6,802/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,355 г, Калорийность - 213,091/309,07 ккал		
180/180	<b>Компот из абрикосов</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 18,236 г, Калорийность - 74,595 ккал		
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	пор	
	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		
30/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	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		
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,43/38,38 г, Жиры - 12,90/16,02 г, Углеводы - 88,20/109,44 г, Калорийность - 553,97/690,21 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Плюшка Московская</b>	пор	
196/4	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>

<b>ИТОГО</b> 1540/1770	Пищевая ценность дня: Белки - 47,99/58,03 г, Жиры - 24,23/28,79 г, Углеводы - 190,37/215,92 г, Калорийность - 1141,90/1317,27 ккал
---------------------------	--

Технолог

( Т.В. Богомолова )

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )



Утверждено:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню**

вторник

" 02 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Яйцо отварное</b> Пищевая ценность: Белки - 12,70 г, Жиры - 11,50 г, Углеводы - 0,70 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
196/4 245/5	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,65/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,29 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с молоком с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50/50	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,3/24,7 г, Жиры - 18,96/20,38 г, Углеводы - 76,87/86,43 г, Калорийность - 571,62/628,48 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Огурцы соленые порционные</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48/0,8 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,02/1,07 г, Калорийность - 7,8/13 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,85 г, Жиры - 2,31/3,37 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,3 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рыбные</b> Пищевая ценность: Белки - 15,39/17,11 г, Жиры - 11,33/12,59 г, Углеводы - 15,74/17,49 г, Калорийность - 151,62/168,46 ккал	пор	
150/180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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 - 28,19/32,86 г, Жиры - 18,78/22,45 г, Углеводы - 94,6/114,62 г, Калорийность - 572,88/694,08 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Лепешка Майская</b>	пор	
200/200	<b>Сок в ассортименте</b> Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 24,40 г, Калорийность - 102,00 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 61,41/71,91 г, Жиры - 48,64/59,09 г, Углеводы - 244,9/299,43 г, Калорийность - 1557,26/1890,78 ккал		

Технолог

( Т. В. Богомолова )

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено: \_\_\_\_\_  
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фионов

Согласовано \_\_\_\_\_  
 Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню**  
**среда**  
**" 03 " апреля 2024 г.**

**Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше**

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 0,51 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 2,7 г, Калорийность - 40,8 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленные из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 17,05/18,94 г, Жиры - 15,17/16,86 г, Углеводы - 13,86/15,40, Калорийность - 251,97/279,98 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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	
196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,53/28,31 г, Жиры - 22,37/25,01 г, Углеводы - 70,58/76,13 г, Калорийность - 581,92/638,10 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,1/7,38 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	
195/5 244/6	<b>Рассольник московский со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,18 г, Жиры - 4,08/5,1 г, Углеводы - 10,71/13,38 г, Калорийность - 88,53/110,67 ккал	пор	
200/250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 452,02/574,98 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 23,98/30,85 г, Жиры - 37,99/50,53 г, Углеводы - 100,23/126,93 г, Калорийность - 812,42/1049,48 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Дорожная</b>	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,040 г, Калорийность - 53,390 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>

<b>ИТОГО:</b>	Пищевая ценность дня: Белки - 53,14/63,95 г, Жиры - 38,13/47,22 г, Углеводы - 182,77/215,61 г, Калорийность - 1260,51/1505,33 ккал		
1510/1760			

Технолог \_\_\_\_\_ (Т.В. Богомолова)

Зав. производством \_\_\_\_\_ ( Мельникова Е. А. )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню**

четверг

" 04 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
150/200	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 25,72/34,23 г, Жиры - 27,35/36,76 г, Углеводы - 4,57/6,07 г, Калорийность - 367,58/492,4 ккал	пор	
200/200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,074 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
120/120	<b>Фрукт (яблоки)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
510/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,44/40,96 г, Жиры - 30,66/40,07 г, Углеводы - 58,08/59,58 г, Калорийность - 642,35/767,17 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра морковная</b> Пищевая ценность: Белки - 0,94/1,56 г, Жиры - 3,09/5,14 г, Углеводы - 6,96/11,59 г, Калорийность - 50,24/83,74 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с горохом</b> Пищевая ценность: Белки - 7,7/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность - 136,72/156,98 ккал	пор	
90/100	<b>Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе</b> Пищевая ценность: Белки - 21,53/25,07 г, Жиры - 5,77/6,05 г, Углеводы - 1,31/1,37 г, Калорийность - 143,35/160,3 ккал	пор	
150/180	<b>Каша перловая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,63 г, Жиры - 4,18/5,01 г, Углеводы - 33,52/40,22 г, Калорийность - 190,55/228,66 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из изюма</b> Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность - 104,45 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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 - 40,1/47,99 г, Жиры - 19,9/23,6 г, Углеводы - 114/139,64 г, Калорийность - 773,51/931,73 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Плюшка Московская</b>	пор	
200/200	<b>Кисломолочный напиток "Снежок"</b> Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 5,60 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
<b>ИТОГО:</b>	Пищевая ценность дня: Белки - 78,14/94,55 г, Жиры - 55,56/68,67 г, Углеводы - 181,48/208,63 г, Калорийность - 1520,87/1803,90 ккал		

Технолог

( В. В. Богомолова )

Зав. производством

( Е. А. Мельникова )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

пятница

" 05 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
20/20	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
195/5 244/6	<b>Каша молочная "Дружба" с маслом</b> 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	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,057 г, Углеводы - 0,077 г, Калорийность - 1,685 ккал	пор	
40/40	<b>Вафли</b> Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 28,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
40/40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,86/17,32 г, Жиры - 21,19/22,68 г, Углеводы - 80,25/88,91 г, Калорийность - 465,96/520,06 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
55/5 91/9	<b>Салат из свеклы с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,67 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,66/7,77 г, Калорийность - 67,81/113,01 ккал	пор	
200/250	<b>Суп из овощей</b> 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	
90/30 100/30	<b>Биточки мясные с томатным соусом</b> 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	<b>Рожки отварные</b> 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	<b>Напиток из лимона</b> Пищевая ценность: Белки - 0,13 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 22,38 г, Калорийность - 92,54 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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 - 31,85/38,15 г, Жиры - 32,22/38,76 г, Углеводы - 126,34/152,61 г, Калорийность - 902,59/1087,76 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Лепёшка Майская</b>	пор	
200	<b>Чай смолоком и сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,3 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 49,35/57,11 г, Жиры - 53,71/61,74 г, Углеводы - 221,93/256,96 г, Калорийность - 1570/1820		
1439,95/1679,21 ккал			

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню  
понедельник**

" 08 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
10/10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,06 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
196/4 245/5	<b>Каша пшеничная молочная с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 8,79/11,03 г, Жиры - 7,08/8,86 г, Углеводы - 45,75/57,61 г, Калорийность - 282,79/355,34 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
120/120	<b>Фрукт (яблоко)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
40/40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
570/620	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,36/14,59 г, Жиры - 15,26/17,04 г, Углеводы - 89,09/100,94 г, Калорийность - 546,68/619,23 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,7 г, Жиры - 5,4/9,00 г, Углеводы - 5,4/9,0 г, Калорийность - 81,6/136,00 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с крупой</b> Пищевая ценность: Белки - 4,40/4,82 г, Жиры - 2,38/2,96 г, Углеводы - 16,46/20,57 г, Калорийность - 90,53/110,46 ккал	пор	
200/250	<b>Азу из говядины</b> Пищевая ценность: Белки - 13,08/16,35г, Жиры - 15,17/18,96 г, Углеводы - 26,18/32,72 г, Калорийность - 268,62/335,78 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из ягод замороженных (черн. смородина)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,18г, Жиры - 0,072г, Углеводы - 14,79 г, Калорийность - 61,79 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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	
700/860	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 23,51/29,49 г, Жиры - 24,25/32,62 г, Углеводы - 92,07/116,08 г, Калорийность - 650,74/841,62 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Дорожная</b>	пор	
196/4 196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 0,240 г, Жиры - 0,050 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
ИТОГО: 1570/1830	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 32,98/40,38 г, Жиры - 36,88/46,36 г, Углеводы - 175,79/206,60 г, Калорийность - 1142,38/1376,53 ккал</b>		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

вторник

" 09 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Свекла отварная</b> Пищевая ценность: Белки - 0,45 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 2,64 г, Калорийность - 12,6 ккал	пор	
200/250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 451,02/574,98 ккал	пор	
196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
500/550	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>82,96/96,46</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат картофельный с морковью и зеленым горошком</b> Пищевая ценность: Белки - 2,58/4,29 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,13/10,22 г, Калорийность - 81,05/135,09 ккал	пор	
194/6 242/8	<b>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</b> 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	<b>Котлеты рубленые из мяса</b> Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,27 г, Жиры - 13,53/14,77 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 ккал	пор	
150/180	<b>Рожки отварные</b> 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	<b>Компот из яблок и лимона</b> Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,13 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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 - 33,05/40,54 г, Жиры - 29,01/36,28 г, Углеводы - 119,4/147,53 г, Калорийность - 853,81/1056,62 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Плюшка Московская</b>	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,050 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>62,22/72,33</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 59,39/72,04 г, Жиры - 40,34/50,28 г, Углеводы - 225,70/263,69 г, Калорийность - 1471,16/1755,32 ккал</b>		

Технолог

( Т. В. Богомолова )

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

среда

" 10 " 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> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
190/10 237/13	<b>Каша геркулесовая с маслом</b> 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> 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> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40/40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	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>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной</b> 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> 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> Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/6,49 г, Углеводы - 6,66/6,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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> Пищевая ценность: Белки - 0,48г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,85/3,4 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> Пищевая ценность: Белки - 2,26/3,04 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 - 31,31/36,49 г, Жиры - 20,81/26,58 г, Углеводы - 91,82/114,25 г, Калорийность - 595,26/730,18 ккал		
<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> Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 1,100 г, Жиры - 0,200 г, Углеводы - 24,400 г, Калорийность - 102,00 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
1540/1790	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		

Технолог \_\_\_\_\_ ( Т.В. Богомолова )

Зав. производством \_\_\_\_\_ ( Мельникова Е. А. )





Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

**Меню  
четверг**

" 11 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Огурцы свежие порционные</b> Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/30 100/30	<b>Тертели мясные с томатным соусом</b> Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал	пор	
150/180	<b>Рожки отварные</b> 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	
196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
540/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,74/24,42 г, Жиры - 20,72/21,19 г, Углеводы - 99,41/108,68 г, Калорийность - 614,57/663,67 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат "Степной"</b> Пищевая ценность: Белки - 1,10/1,85 г, Жиры - 5,12/6,53 г, Углеводы - 6,22/10,36 г, Калорийность - 68,94/114,87 ккал	пор	
194/6 242/8	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал	пор	
90/100	<b>Рыба тушеная с овощами</b> Пищевая ценность: Белки - 13,04/15,08 г, Жиры - 13,27/14,60 г, Углеводы - 3,12/3,46 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
150/180	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,64 г, Жиры - 4,26/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	<b>Напиток их облепихи</b> Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,069 г, Углеводы - 7,42 г, Калорийность - 41,37 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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> 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 - 27,53/33,22 г, Жиры - 29,75/37,11 г, Углеводы - 90,96/114,98 г, Калорийность - 643,57/809,91 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Дорожная</b>	пор	
200/200	<b>Снежок</b> Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 5,60 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 54,46/63,24 г, Жиры - 51,08/60,96 г, Углеводы - 194,03/228,83 г, Калорийность - 1359,82/1601,35 ккал		

Технолог \_\_\_\_\_ (Т. В. Богомолова)

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Мельникова Е. А.)



Утверждено:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

пятница

" 12 " апреля 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
150/20	<b>Запеканка творожная с молоком сгущенным</b>	пор	
180/20	Пищевая ценность: Белки - 25,07/29,84 г, Жиры - 14,58/18,01 г, Углеводы - 36,46/39,84 г, Калорийность - 382,42/446,9 ккал		
200/200	<b>Какао с молоком</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,86 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 ккал		
40/40	<b>Батон</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,462,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал		
120/120	<b>Фрукт (яблоко)</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал		
530/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,23/37,002 г, Жиры - 18,57/21,988 г, Углеводы - 84,80/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>82,96/96,46</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Кукуруза порционно</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,6г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,8 ккал		
200/250	<b>Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,61/5,08 г, Жиры - 2,44/3,03 г, Углеводы - 13,28/16,6 г, Калорийность - 81,16/98,75 ккал		
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 17,21/18,94 г, Жиры - 15,77/16,86 г, Углеводы - 11,28/15,40, Калорийность - 256,84/279,98 ккал		
150/180	<b>Картофельное пюре</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал		
180/180	<b>Компот из абрикосов и яблок</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал		
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	пор	
	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		
30/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	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		
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,86/37,43 г, Жиры - 23,63/26,87 г, Углеводы - 101,17/126,98 г, Калорийность - 735,66/878,41 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка сдобная Плюшка Московская</b>	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,100 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>62,22/72,33</b>	
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 61,88/71,90 г, Жиры - 40,19/46,69 г, Углеводы - 208,89/235,36 г, Калорийность - 1436,85/1638,52 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

( Мельникова Е. А. )

