

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор МАОУ "Лицей №5" Решетняк В. В.

Меню

понедельник

" 10 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
195/5	<b>Каша пшённая молочная с маслом</b>	пор	
244/6	Пищевая ценность: Белки - 5,69/7,12 г, Жиры - 6,52/7,93 г, Углеводы - 27,66/34,57 г, Калорийность - 192,65/219,16 ккал		
200/200	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
50	<b>Треник</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,10 г, Жиры - 3,35 г, Углеводы - 35,95 г, Калорийность - 82,50 ккал		
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал		
500/550	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,79/15,22 г, Жиры - 10,32/11,76 г, Углеводы - 101,25/108,16 г, Калорийность - 546,04/592,55 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Огурцы солёные порционные</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48/0,8 г, Жиры - 0,06/0,01 г, Углеводы - 1,02/1,7 г, Калорийность - 7,8/13,00 ккал		
200/250	<b>Суп картофельный с крупой</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,20/4,58 г, Жиры - 2,40/2,98 г, Углеводы - 14,45/18,07 г, Калорийность - 83,11/101,21 ккал		
240/280	<b>Жаркое по-домашнему</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 17,20/20,06 г, Жиры - 20,37/23,77 г, Углеводы - 35,99/41,99 г, Калорийность - 354,54/413,75 ккал		
180/180	<b>Компот из абрикосов и яблок</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 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 - 77,7/102,6 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	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 26,94/32,11 г, Жиры - 24,06/28,49 г, Углеводы - 93,97/119,01 г, Калорийность - 668,36/800,15 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Крендель сахарный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 10,21/15,32 г, Жиры - 13,61/20,42 г, Углеводы - 67,92/101,88 г, Калорийность - 434,54/651,88 ккал		
196/4	<b>Чай с лимоном</b>	пор	
196/4	Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 10,45/15,56 г, Жиры - 13,66/20,47 г, Углеводы - 81,08/115,04 г, Калорийность - 489,29/706,23 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
ИТОГО: 1540/1790	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 51,19/62,89 г, Жиры - 48,04/60,72 г, Углеводы - 281,30/342,22 г, Калорийность - 1703,68/2099,33 ккал</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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



Согласовано:

Директор МАОУ "Центр № 5" Решетняк В. В.

Меню

вторник:

" 11 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
140/10	<b>Рожки отварные с сыром</b>	пор	
185/15	Пищевая ценность: Белки - 9,01/12,46 г, Жиры - 6,27/9,27 г, Углеводы - 40,94/54,65 г, Калорийность - 256,88/352,87 ккал		
196/4	<b>Чай с лимоном</b>	пор	
196/4	Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
110/110	<b>Фрукты (яблоки)</b>	пор	
110/110	Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал		
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,73/16,18 г, Жиры - 7,28/10,09 г, Углеводы - 84,57/98,27 г, Калорийность - 457,33/553,32 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат картофельный с морковью и зел. Горшком</b>	пор	
60/100	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		
194/6	<b>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</b>	пор	
242/8	Пищевая ценность: Белки - 5,20/6,5 г, Жиры - 5,29/6,61 г, Углеводы - 13,93/17,41 г, Калорийность - 110,71/138,40 ккал		
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса</b>	пор	
90/100	Пищевая ценность: Белки - 14,35/15,81 г, Жиры - 13,61/14,55 г, Углеводы - 12,50/14,58 г, Калорийность - 225,79/246,86 ккал		
150/180	<b>Каша гречневая вязкая</b>	пор	
150/180	Пищевая ценность: Белки - 4,70/5,59 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,88/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал		
180/180	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
180/180	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,40 ккал		
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	пор	
30/40	Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,45/15,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал		
30/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
30/40	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 - 31,85/38,83 г, Жиры - 29,42/36,46 г, Углеводы - 95,03/118,43 г, Калорийность - 755,56/935,92 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с яблоком</b>	пор	
100/150	Пищевая ценность: Белки - 7,78/11,65 г, Жиры - 10,70/16,05 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 332,04/498,16 ккал		
200/200	<b>Чай без сахара</b>	пор	
200/200	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 1,69 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 7,99/11,87 г, Жиры - 10,75/16,11 г, Углеводы - 51,14/76,69 г, Калорийность - 333,72/499,85 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>55,33/75,95</b>	
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 52,57/66,88 г, Жиры - 47,25/62,65 г, Углеводы - 230,75/293,39 г, Калорийность - 1546,61/1989,09 ккал		
1540/1790			

Зав. производством



(Мельникова Е. А.)



Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор МАОУ Лицей № 5 В. В. Рашетняк

Меню  
четверг

" 13 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше



Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Варбли</b> Пищевая ценность: Белки - 2,25 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 35,00 г, Калорийность - 110,00 ккал	пор	
198/2 247/3	<b>Каша молочная кукурузная с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 7,42/9,27 г, Жиры - 4,34/5,54 г, Углевода - 15,48/19,35 г, Калорийность - 277,49/347,24 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 - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,70/15,55 г, Жиры - 15,89/17,00 г, Углеводы - 88,24/92,11 г, Калорийность - 560,04/629,49 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 5,20/10,53 г, Калорийность - 56,87/101,43 ккал	пор	
194/6 242/8	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,04/5,05 г, Жиры - 3,18/3,98 г, Углеводы - 9,13/11,41 г, Калорийность - 68,1/85,14 ккал	пор	
90/100	<b>Рыба запеченная в омлете</b> Пищевая ценность: Белки - 15,57/17,30 г, Жиры - 13,90/15,45 г, Углеводы - 2,22/2,46 г, Калорийность - 184,90/205,50 ккал	пор	
150/180	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,84 г, Жиры - 4,28/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 137,03/226,97 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 - 29,60/35,42 г, Жиры - 27,77/34,62 г, Углеводы - 87,29/110,75 г, Калорийность - 688,48/858,02 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 11,92/17,88 г, Жиры - 12,68/19,01 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 471,82/707,71 ккал	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 - 17,52/23,48 г, Жиры - 17,68/24,01 г, Углеводы - 97,03/125,85 г, Калорийность - 576,81/812,71 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 60,82/74,46 г, Жиры - 61,24/75,63 г, Углеводы - 262,55/328,71 г, Калорийность - 1825,32/2300,21 ккал		

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Умельникова Е. А.)



Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор МАОУ "Пицца № 5" Решетняк В. В.

Меню

пятница

" 14 " марта 2025 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 - 36,41/39,84 г, Калорийность - 382,42/446,9 ккал		
200/200	<b>Какао с молоком</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 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		
110/110	<b>Фрукт (яблоко)</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал		
520/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,43/37,20 г, Жиры - 18,45/21,67 г, Углеводы - 85,10/88,48 г, Калорийность - 645,55/710,03 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра свекольная</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,01/1,69 г, Жиры - 3,09/5,14 г, Углеводы - 7,66/12,77 г, Калорийность - 52,85/88,08 ккал		
200/250	<b>Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,54 г, Жиры - 2,39/2,97 г, Углеводы - 10,58/ 3 2 г, Калорийность - 67,15/81,24 ккал		
90/30	<b>Тфтели мясные с томатным соусом</b>	пор	
100/30	Пищевая ценность: Белки - 11,70/12,92 г, Жиры - 13,86/15,91 г, Углеводы - 22,08/25,36 г, Калорийность - 215,30/241,15 ккал		
150/180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,65/4,54 г, Углеводы - 40,94/35,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 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 - 14,49/15,52 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 - 14,76/19,63 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал		
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,37/33,56 г, Жиры - 24,23/30 21 г, Углеводы - 128,77/158,03 г, Калорийность - 680,57/952,32 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Сдоба обыкновенная</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 9,39/14,09 г, Жиры - 7,39/11,09 г, Углеводы - 65,41/35,75 г, Калорийность - 369,59/554,46 ккал		
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 - 9,59/14,29 г, Жиры - 7,44/11,14 г, Углеводы - 79,54/112,79 г, Калорийность - 422,98/607,85 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
1590/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 70,39/85,06 г, Жиры - 50,11/63,2 г, Углеводы - 293,41/359,30 г, Калорийность - 1849,11/2270,20 ккал		

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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



Согласовано:

Директор МАОУ "Лицей №5" Решетняк В. В.

**Меню**

понедельник

" 17 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
140/10	<b>Рожки отварные с сыром</b>	пор	
185/15	Пищевая ценность: Белки - 9,01/12,46 г, Жиры - 6,26/9,27 г, Углеводы - 40,94/54,65 г, Калорийность - 256,88/352,87 ккал		
110/110	<b>Фрукт яблоки</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 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		
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,69/16,14 г, Жиры - 7,08/10,08 г, Углеводы - 84,45/98,15 г, Калорийность - 544,97/551,96 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>87 10/101,28</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра овощная</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,70 г, Жиры - 5,40/9,00 г, Углеводы - 5,40/9,00 г, Калорийность - 81,60/156,00 ккал		
194/6	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b>	пор	
242/8	Пищевая ценность: Белки - 4,12/5,16 г, Жиры - 4,18/5,22 г, Углеводы - 10,95/ 3,69 г, Калорийность - 841,73/105,92 ккал		
240/280	<b>Рагу овощное из птицы</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 18,43/21,45 г, Жиры - 21,68/25,30 г, Углеводы - 32,12/37,47 г, Калорийность - 355,22/414,12 ккал		
180/180	<b>Компот из абрикосов</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6С 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 - 28,64/35,03 г, Жиры - 32,49/41,15 г, Углеводы - 95,98/117,43 г, Калорийность - 744,34/928,53 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>130,67/151,90</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Крендель сахарный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 10,55/15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,92/109,87 г, Калорийность - 436,57/706,39 ккал		
196/4	<b>Чай с лимоном</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 10,79/16,20 г, Жиры - 13,74/22,70 г, Углеводы - 81,08/123,03 г, Калорийность - 491,31/761,14 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>65,33/75,95</b>

<b>ИТОГО</b> 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 51,78/66,73 г, Жиры - 53,23/71,71 г, Углеводы - 261,51/330,62 г, Калорийность - 1689,60/2187,13 ккал		
---------------------------	--	--	--

Зав. производством



(Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАOU "Лицей № 5" Решетняк В. В.

Меню

вторник

" 18 " марта 2025 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	
195/5 244/6	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 6,38/7,81 г, Углеводы - 37,74/47,30 г, Калорийность - 230,84/287,70 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>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,61/25,01 г, Жиры - 17,58/21,31 г, Углеводы - 78,48/88,04 г, Калорийность - 585,73/642,59 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>87,10/101,28</b>
<b>Сбед</b>			
60/100	<b>Салат из соленых огурцов с луком</b> Пищевая ценность: Белки - 0,51/0,86 г, Жиры - 3,06/5,10 г, Углеводы - 3,06/7,53 г, Калорийность - 51,59/85,98 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,55 г, Жиры - 2,31/3,37 г, Углеводы - 12,5-/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,34 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 - 194,40/215,99 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 - 12,65 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 - 14,45/19,32 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 - 28,22/32,91 г, Жиры - 21,79/27,46 г, Углеводы - 98,09/120,44 г, Калорийность - 641,15/784,09 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>130,67/151,90</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 7,76/11,65 г, Жиры - 10,70/16,05 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 332,04/498,16 ккал	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 - 8,87/12,75 г, Жиры - 0,90/16,25 г, Углеводы - 75,47/101,01 г, Калорийность - 434,04/600,16 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>65,33/75,95</b>
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 60,70/70,67 г, Жиры - 52,27/64,72 г, Углеводы - 252,04/309,50 г, Калорийность - 1660,91/2026,84 ккал		

Зав. производством

(Мельникова Е. А.)



Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано: \_\_\_\_\_

Директор МАОУ "Лицей № 5" Решетняк В. В.



**Меню**

среда

" 19 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
20 / 20	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки -14,35/15,81 г, Жиры - 13,61/14,55 г, Углеводы -12,50/14,58, Калорийность - 225,79/246,86 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	
40/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,80 г, Жиры - 0,32/0,40 г, Углеводы - 19,68/24,60 г, Калорийность - 94,00/117,50 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,88/26,99 г, Жиры - 21,19/23,16 г, Углеводы - 80,39/91,39 г, Калорийность - 602,94/675,68 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Кукуруза порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,60 г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,80 ккал	пор	
195/5 244/6	<b>Рассольник московский со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,09 г, Жиры - 4,08/5,34 г, Углеводы - 10,71/17,69 г, Калорийность - 88,53/130,16 ккал	пор	
240/280	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 19,94/23,26 г, Жиры - 23,13/26,99 г, Углеводы - 50,08/58,42 г, Калорийность - 457,16/533,36 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	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,78/37,81 г, Жиры - 28,94/34,70 г, Углеводы - 111,48/140,52 г, Калорийность - 793,37/983,72 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с капустой и луком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,58/12,88 г, Жиры - 10,64/15,97 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 309,30/464,04 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	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,78/13,09 г, Жиры - 10,69/16,03 г, Углеводы - 62,09/87,02 г, Калорийность - 362,69/517,43 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	

ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,43/77,89 г, Жиры - 60,82/73,88 г, Углеводы - 253,95/318,92 г, Калорийность - 1759,00/2176,83 ккал		
---------------------	--	--	--

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



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: \_\_\_\_\_

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

Согласовано:

Директор МАОУ - Лицей № 50 Решетняк В. В.

Меню

четверг

" 20 " марта 2025 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	
110/110	<b>Фрукт (яблоки)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 1С,78 г, Калорийность - 51,70 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,40/40,92 г, Жиры - 30,62/40,03 г, Углеводы - 57,10/58,60 г, Калорийность - 637,65/762,47 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>87,10/101,28</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат картофельный</b> Пищевая ценность: Белки - 1,15/1,92 г, Жиры - 2,22/5,37 г, Углеводы - 12,30/20,49 г, Калорийность - 65,27/108,79 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	
90/30 100/30	<b>Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе</b> Пищевая ценность: Белки - 24,86/27,59 г, Жиры - 28,90/31,66 г, Углеводы - 6,89/7,55 г, Калорийность - 362,95/398,65 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 43,65/50,86 г, Жиры - 43,16/49,42 г, Углеводы - 124,92/154,73 г, Калорийность - 1008,15/1195,13 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>130,67/151,90</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с картофельной начинкой</b> Пищевая ценность: Белки - 8,38/12,57 г, Жиры - 10,71/16,08 г, Углеводы - 51,70/77,55 г, Калорийность - 319,27/479,00 ккал	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 - 13,98/18,17 г, Жиры - 15,72/21,08 г, Углеводы - 61,10/86,95 г, Калорийность - 424,27/584,00 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>65,33/75,95</b>
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 90,02/109,95 г, Жиры - 89,51/110,53 г, Углеводы - 243,12/300,28 г, Калорийность - 2070,07/2541,60 ккал		



Зав. производством \_\_\_\_\_

/(Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ "Лицей № 5" Решетняк В. В.

Меню

пятница

" 21 " марта 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Вафли</b> Пищевая ценность: Белки - 2,25 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 35,00 г, Калорийность - 110,00 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	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,11/13,57 г, Жиры - 18,17/19,66 г, Углеводы - 53,45/102,11 г, Калорийность - 448,66/502,76 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</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 - 17,58/18,80 г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 275,70/300,08 ккал	пор	
150/180	<b>Макаронные изделия 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 - 31,22/37,76 г, Углеводы - 126,23/152,61 г, Калорийность - 893,60/1078,77 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 11,92/17,88 г, Жиры - 12,68/19,01 г, Углеводы - 7,63/116,45 г, Калорийность - 471,81/707,71	пор	
200/200	<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 - 13,57/19,53 г, Жиры - 13,98/20,32 г, Углеводы - 73,08/131,89 г, Калорийность - 552,19/788,10 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 57,52/71,24 г, Жиры - 63,37/77,74 г, Углеводы - 312,76/386,61 г, Калорийность - 1894,45/2369,62 ккал		

Зав. производством

(Мельникова Е. А.)

