

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню
поседелник
"30" сентября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет; 2 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
155/25	Рожки отварные с сыром	пор	
172/28	Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,95/12,60 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 133/137 ккал		
120/120	Фрукт яблоки	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,43 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,40 ккал		
200/230	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
40/43	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,31 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал		
540/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,97 г, Жиры - 11,85/13,43 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
Стоимость			82,96/76,46
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,10 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,3 г, Калорийность - 24,0/40,00 ккал		
194/6 242/3	Борщ из свежей капусты с сметаной	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,34 г, Углеводы - 12,32/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал		
200/230	Рагу овощное из птицы	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 19,293/23,979 г, Жиры - 6,502/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,355 г, Калорийность - 213,091/309,07 ккал		
180/180	Компот из абрикосов	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 18,236 г, Калорийность - 74,595 ккал		
30/43	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	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		
30/43	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,75/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал		
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,43/36,38 г, Жиры - 12,90/16,02 г, Углеводы - 88,20/108,42 г, Калорийность - 533,97/690,21 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
196/4	Чай с сахаром	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		
Стоимость			62,22/72,33
ИТОГО 1540/1770	Пищевая ценность дня: Белки - 47,99/58,03 г, Жиры - 24,23/26,79 г, Углеводы - 190,37/215,52 г, Калорийность - 1141,90/1317,27 ккал		

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
 вторник
 " 01 " октября 2024 г.
 Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,70 г, Жиры - 11,50 г, Углеводы - 0,70 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
196/4 245/5	Каша рисовая молочная с маслом 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	Чай с молоком с сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50/50	Батон 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		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,70 г, Жиры - 0,06/0,10 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,55 г, Жиры - 2,31/3,37 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/83,3 ккал	пор	
90/100	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 15,39/17,11 г, Жиры - 11,33/12,59 г, Углеводы - 15,7/17,49 г, Калорийность - 151,62/168,46 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 5,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,22 г, Калорийность - 140,18/169,59 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 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 - 77,7/102,6 ккал	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,58 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,13/32,76 г, Жиры - 18,78/22,45 г, Углеводы - 94,72/114,82 г, Калорийность - 614,46/739,61 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Сдоба Майская	пор	
200/200	Сок в ассортименте 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		
Стоимость			62,22/72,33
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 60,41/69,97 г, Жиры - 52,37/64,31 г, Углеводы - 242,10/294,81 г, Калорийность - 1630,69/1980,70 ккал		

Зав. производством _____ (Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано: _____

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

среда

"02" октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20 / 20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы 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	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,27 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,68/26,99 г, Жиры - 21,19/23,16 г, Углеводы - 80,35/91,39 г, Калорийность - 602,94/675,68 ккал		
Стоимость			82,96/96,46

Обед			
60/100	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,50 г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,80 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 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	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,53/48,52 г, Калорийность - 452,02/574,98 ккал	пор	
180/180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,22 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	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,92/39,80 г, Жиры - 13,52/18,12 г, Углеводы - 100,24/130,94 г, Калорийность - 627,19/822,83 ккал		
Стоимость			124,44/144,67

Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	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 - 0,200 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,040 г, Калорийность - 53,390 ккал		
Стоимость			62,22/72,33

ИТОГО: 1500/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 55,00/67,00 г, Жиры - 34,75/41,33 г, Углеводы - 193,67/235,37 г, Калорийность - 1283,51/1551,89 ккал		
---------------------	--	--	--

Зав. производством _____



Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональнсья кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

четверг

"03" октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
150/200	Омлет натуральный 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	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,074 г, Калорийность - 124,57 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоки) 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 - 32,44/30,96 г, Жиры - 30,56/40,07 г, Углеводы - 58,08/55,58 г, Калорийность - 642,35/767,17 ккал		
Стоимость			82,96/50,46

Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углеводы - 2,28/3,80 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: Белки - 7,78/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность - 136,72/156,98 ккал	пор	
90/100	Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе 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	Каша перловая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,63 г, Жиры - 4,18/5,0 г, Углеводы - 33,52/40,22 г, Калорийность - 190,53/228,56 ккал	пор	
180/180	Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность - 104,45 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,09/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,71/105,6 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 - 39,82/47,53 г, Жиры - 16,23/19,65 г, Углеводы - 69,33/131,85 г, Калорийность - 737,67/871,99 ккал		
Стоимость			124,44/144,67

Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" 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 - 5,6С г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал		
Стоимость			62,22/72,33
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 85,46/105,48 г, Жиры - 58,90/73,17 г, Углеводы - 230,91/251,98 г, Калорийность - 1801,02/2218,16 ккал		

Зав. производством _____ (Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

пятница

"04" октября 2024 г.

Возрастная группа 5-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20/20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
195/5 244/6	Каша молочная "Дружба" с маслом 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	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,057 г, Углеводы - 0,077 г, Калорийность - 1,685 ккал	пор	
40/40	Вафли Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 25,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
40/40	Батон 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 - 21,17/22,68 г, Углеводы - 80,22/88,91 г, Калорийность - 465,96/520,06 ккал		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
55/5 91/9	Салат из свеклы с сыром 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	пср	
200/250	Суп из овощей 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	пср	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,09/15,61 г, Жиры - 18,58/19,8С г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 284,69/309,07 ккал	пср	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,54/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пср	
180/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,13 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 22,28 г, Калорийность - 92,54 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 4,49/19,32 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,85/38,15 г, Жиры - 32,22/38,75 г, Углеводы - 126,34/152,61 г, Калорийность - 902,59/1087,76 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Головак			
100/150	Сдоба Майская	поз	
200	Чай смолоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,3 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	поз	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал		
Стоимость			62,22/72,33
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 56,95/68,51 г, Жиры - 67,41/82,29 г, Углеводы - 268,03/326,11 г, Калорийность - 1775,95/2183,21 ккал		

Зав. производством

Мельникова Е. А.)



Утверждаю: _____

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

Согласовано:

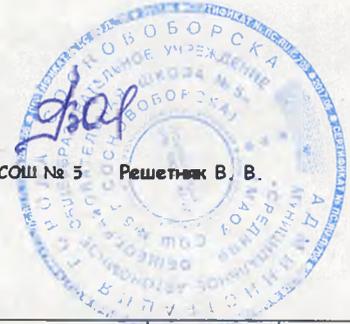
Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

понеделник

" 07 " октября 2024 г

Возрастная группа 5-11 лет/12 лет и старше



Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,0 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
196/4 245/5	Каша пшеничная молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 8,79/11,03 г, Жиры - 7,08/8,66 г, Углеводы - 45,75/47,61 г, Калорийность - 282,79/355,34 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	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
570/620	Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,36/14,59 г, Жиры - 15,26/17,04 г, Углеводы - 49,09/100,94 г, Калорийность - 546,68/619,23 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,7 г, Жиры - 3,4/5,00 г, Углеводы - 5,4/9,0 г, Калорийность - 31,6/136,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с крупой Пищевая ценность: Белки - 4,40/4,82 г, Жиры - 2,33/2,26 г, Углеводы - 16,46/20,57 г, Калорийность - 90,53/110,46 ккал	пор	
200/250	Азу из говядины Пищевая ценность: Белки - 13,08/16,35 г, Жиры - 15,17/18,96 г, Углеводы - 26,18/32,72 г, Калорийность - 268,62/335,78 ккал	пор	
180/180	Компот из ягод замороженных (черн сморсдинс) Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,072 г, Углеводы - 4,79 г, Калорийность - 61,79 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 - 77,7/105,6 ккал	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,21/0,32 г, Углеводы - 4,76/15,66 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
700/860	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		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	пор	
196/4 196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,240 г, Жиры - 0,050 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
ИТОГО: 1570/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 33,00/40,41 г, Жиры - 39,06/48,90 г, Углеводы - 175,82/206,65 г, Калорийность - 1162,21/1399,66 ккал		

Зав. производством _____



Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню
вторник

" 08 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	-Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,95 г, Калорийность - 12,00 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/35,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 451,02/574,98 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 3,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 15,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,61/31,78 г, Жиры - 11,29/13,99 г, Углеводы - 92,41/102,42 г, Калорийность - 563,23/644,71 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42/6,51 г, Жиры - 0,06/0,01 г, Углеводы - 1,14/1,90 г, Калорийность - 6,60/11,00 ккал	пор	
194/6	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 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 - 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	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 и лимона Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 15,71 г, Калорийность - 61,13 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 - 30,90/36,95 г, Жиры - 23,97/27,84 г, Углеводы - 114,56/139,22 г, Калорийность - 779,49/932,53 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 0,050 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 65,31/80,33 г, Жиры - 41,61/51,33 г, Углеводы - 274,12/335,83 г, Калорийность - 1712,11/2104,63 ккал		

Зав. производством _____



(Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональнзля кейтеринговая компания"



Утверждаю: _____

Согласовано: _____

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

Директор MAOU СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

среда

" 09 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Исзвание	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
190/10 237/13	Каша геркулесовая с маслом Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,34 г, Жиры - 11,1/14,51 г, Углеводы - 29,46/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал	пор	
200/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 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 - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 13,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,36/21,03 г Жиры - 18,85/21,76 г, Углеводы - 82,98/95,35 г, Калорийность - 580,83/643,24 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углеводы - 2,28/3,80 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал	пор	
200/250	Суп-лапша домашняя Пищевая ценность: Белки - 3,39/4,24 г, Жиры - 4,75/5,99 г, Углеводы - 11,77/14,71 г, Калорийность - 32,89/41,11 ккал	пор	
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/6,49 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая 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	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,22 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 - 0,22/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,31/35,49 г, Жиры - 20,81/26,58 г, Углеводы - 91,82/114,25 г, Калорийность - 595,26/730,18 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Майская	пор	
200/200	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,70/12,50 г Жиры - 13,90/20,75 г, Углеводы - 70,50/93,55 г, Калорийность - 438,00/606,00 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 57,87/68,01 г, Жиры - 42,82/53,66 г, Углеводы - 238,21/287,55 г, Калорийность - 1495,82/1809,95 ккал		

Зав. производством _____

(Мельникова Е. А.)



Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню
четверг**

" 10 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-1: лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Кукуруза порционнo Пищевая ценность: Белки - 0,86 г, Жиры - 0,1Е г, Углеводы - 2,97 г Калорийность - 17,34 ккал	пор	
90/30 100/30	Тертeли мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 1Е,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,6в/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,35 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
540/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,25/34,40 г, Жирь - 18,07/21,00 г, Углеводы - 98,83/117,59 г, Калорийность - 603,87/676,89 ккал		
Стоимость		32,96/96,46	
Обед			
60/100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,55/0,92 г, Жиры - 3,6Е/6,17 г, Углеводы - 7,69/12,78 г, Калорийность - 67,08/111,68 ккал	пор	
194/6 242/8	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77,59г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал	пор	
90/100	Рыба тушенная с овощами 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	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,84 г, Жиры - 4,28*5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	Напиток их обилипихи Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,0Е9 г, Углеводы - 7,42г, Калорийность - 41,37 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - С,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 - С,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 26,71/32,56 г Жиры - 7,6,73/32,73 г, Углеводы - 89,67/113,67 г, Калорийность - 663,13/830,31 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	пор	
200/200	Снежок 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		
Стоимость		62,22/72,33	
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 54,56/62,96 г, Жиры - 49,80/58,74 г, Углеводы - 197,90/233,65 г, Калорийность - 1372,00/1612,20 ккал		

Зав. производством _____



Мельникова Е. А.)

Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласован:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решеткин В. В.

Маю

пятница

" 11 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше



Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
150/20	Запеканка творожная с молоком сгущенным	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	Какао с молоком	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г Калорийность - 117,43 ккал		
40/40	Батон	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал		
120/120	Фрукт (яблоко)	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 - 84,63/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углевода - 2,28/3,60 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал		
200/250	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,61/5,08 г, Жиры - 2,44/3,03 г, Углевода - 13,28/ 6,6 г, Калорийность - 81,16/98,75 ккал		
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 17,21/18,94 г, Жиры - 15,77/16,86 г, Углеводы - 11,23/15,40, Калорийность - 256,84/ 279,98 ккал		
150/180	Картофельное пюре	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углевода - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169 €9 ккал		
180/180	Компот из абрикосов и яблок	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углевода - 14,49/15,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал		
30/40	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углевода - 14,76/ 9,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал		
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,49/35,76 г, Жиры - 21,19/23,91 г, Углеводы - 96,03/142,39 г, Калорийность - 670,32/911,90 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Чай с сахаром	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		
Стоимость		62,22/72,33	
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 68,42/85,26 г, Жиры - 46,25/55,55 г, Углеводы - 259,33/336,12 г, Калорийность - 1732,57/2196,63 ккал		

Зав. производством

(Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

понедельник

" 14 " октября 2024 г

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
155/25	Рожки отварные с сыром	пор	
172/28	Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,60 г, Углеводы - 45,89/50,34 г, Калорийность - 239/275 ккал		
120/120	Фрукт яблоки	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,40 ккал		
200/200	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 3,34 г, Калорийность - 15,39 ккал		
40/40	Хлеб пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 74,00 ккал		
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,57 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
Стоимость			82,96/96,46

Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной	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	Борщ из свежей капусты со сметаной	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,32/15,35 г, Калорийность - 94,28/115,09 ккал		
200/250	Рагу овощное из птицы	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 19,293/23,979 г, Жиры - 6,805/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,355 г, Калорийность - 213,091/309,07 ккал		
180/180	Компот из абрикосов	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 18,236 г, Калорийность - 74,595 ккал		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/103,3 ккал		
30/40	Хлеб пшеничный	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		
Стоимость			124,44/144,67

Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
196/4	Чай с сахаром	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 34,75 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
Стоимость			62,22/72,33

ИТОГО 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		
---------------------------	--	--	--

Зав. производством _____



Мельнивец Е. А.)

Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

вторник

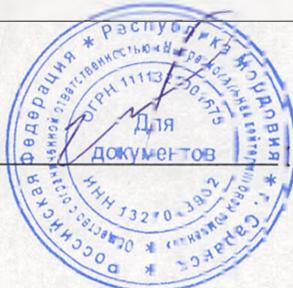
" - 5 " сентября 2024 г.

Возрастная группа 5-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,70 г, Жиры - 11,30 г, Углеводы - 0,70 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
196/4 245/5	Каша рисовая молочная с маслом 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	Чай с молоком с сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,34 г, Калорийность - 80,35 ккал	пор	
50/50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 110 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,3/34,7 г, Жиры - 8,9/12,38 г, Углеводы - 76,87/88,43 г, Калорийность - 571,62/628,48 ккал		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,70 г, Жиры - 0,05/0,10 г, Углеводы - 1,1*/1,9 г, Калорийность - 6,6*/11,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,17/4,55 г, Жиры - 2,3*/3,17 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,3 ккал	пор	
90/100	Котлеты рыбные 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	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,73 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,88 г, Калорийность - 51,98 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 - 0,21/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,13/32,76 г, Жиры - 13,78/22,42 г, Углеводы - 94,72/114,82 г, Калорийность - 614,46/739,61 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Сдоба Майская	пор	
200/200	Сок в ассортименте 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		
Стоимость			62,22/72,33
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 60,41/69,97 г, Жиры - 52,37/64,31 г, Углеводы - 242,10/294,81 г, Калорийность - 1630,69/1980,70 ккал		

Зав. производством _____

Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

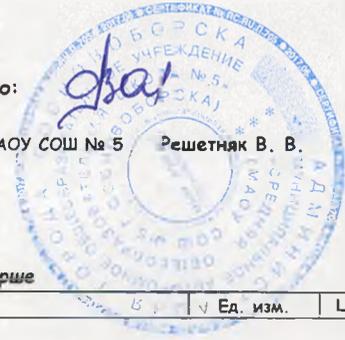
Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

среды

" 16 " октября 2024 г.

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



Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20 / 20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 13,85 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,05/18,94 г, Жиры - 15,17/16,86 г, Углеводы - 13,86/15,40, Калорийность - 251,97/279,26 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,28 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,4/168,57 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,88/26,99 г, Жиры - 21,29/23,16 г, Углеводы - 80,39/91,39 г, Калорийность - 602,94/675,68 ккал		
Стоимость			62,96/96,46

Обед			
60/100	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,30 г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,80 ккал	пор	
195/5 244/6	Рассольник московский со сметаной 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	Плов из мяса птицы 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	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 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	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,92/39,80 г, Жиры - 13,52/18,12 г, Углеводы - 100,24/130,94 г, Калорийность - 627,19/822,83 ккал		
Стоимость			224,44/144,67

Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,24 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,200 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,040 г, Калорийность - 53,390 ккал		
Стоимость			62,22/72,33

ИТОГО: 1500/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 55,00/67,00 г, Жиры - 34,75/41,33 г, Углеводы - 193,67/235,37 г, Калорийность - 1283,51/1551,89 ккал		
----------------------------	--	--	--

Зав. производством

Мельникова Е. А.)



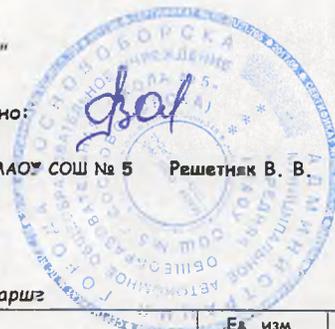
ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано: _____

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



Меню

четверг

" 17 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
150/200	Омлет натуральный 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	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,074 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,31 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоки) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
510/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,44/40,96 г, Жиры - 30,66/40,67 г, Углеводы - 58,08/59,58 г, Калорийность - 642,35/767,17 ккал		
Стоимость			82,96/76,46
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углеводы - 2,28/3,80 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с горохом 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	Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 21,53/25,07 г, Жиры - 5,77/6,05 г, Углеводы - 1,38/1,37 г, Калорийность - 143,35/160,3 ккал	пор	
150/180	Каша перловая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,63 г, Жиры - 4,16/5,01 г, Углеводы - 33,52/40,22 г, Калорийность - 190,55/228,66 ккал	пор	
180/180	Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность - 104,45 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 - 39,82/47,53 г, Жиры - 14,93/18,65 г, Углеводы - 109,33/131,85 г, Калорийность - 737,67/871,99 ккал		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" 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		
Стоимость			62,22/72,33
ИТОГО: 1550/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 85,46/105,48 г, Жиры - 58,90/73,17 г, Углеводы - 230,91/281,98 г, Калорийность - 1801,02/2218,16 ккал		

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:

пятник

"18" октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20/20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
195/5 244/6	Каша молочная "Дружба" с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,83/7,29 г, Жиры - 6,71/8,2 г, Углеводы - 37,77/42,43 г, Калорийность - 219,47/273,57 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,057 г, Углеводы - 0,077 г, Калорийность - 1,685 ккал	пор	
40/40	Вафли Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 23,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 13,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,86/17,32 г, Жиры - 21,52/25,68 г, Углеводы - 80,25/86,91 г, Калорийность - 465,96/520,06 ккал		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
55/5 91/9	Салат из свеклы с сыром Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,67 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,56/7,77 г, Калорийность - 67,8/113,01 ккал	пор	
200/250	Суп из овощей Пищевая ценность: Белки - 4,19/4,57 г, Жиры - 4,25/5,34 г, Углеводы - 11,42/14,28 г, Калорийность - 86,87/105,86 ккал	пор	
90/30 100/30	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,09/15,61 г, Жиры - 18,58/19,89 г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 284,69/309,07 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,61/4,54 г, Углеводы - 40,34/49,42 г, Калорийность - 222,48/265,65 ккал	пор	
180/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,13 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 22,38 г, Калорийность - 92,54 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,42/19,32 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	
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		
Стоимость			124,44/144,67
Полдник			
100/150	Сдоба Майская	пор	
200	Чай смолоком и сахаром 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		
Стоимость			62,22/72,33
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 56,95/68,51 г, Жиры - 67,41/82,29 г, Углеводы - 268,03/326,11 г, Калорийность - 1775,95/2183,21 ккал		

Зав. производством _____



Мельникова Е. А.)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано: _____

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк Е. В.



Меню

пн-дел-ник

" 21 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66 ккал	гф	
196/4 245/5	Каша пшеничная молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 8,79/11,03 г, Жиры - 7,05/8,85 г, Углеводы - 45,75/57,64 г, Калорийность - 262,79/355,34 ккал	пф	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,64 г, Калорийность - 53,39 ккал	пос	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пос	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	гос	
570/620	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		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,7 г, Жиры - 5,4/9,90 г, Углеводы - 5,7/9,9 г, Калорийность - 31,6/136,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с крупой Пищевая ценность: Белки - 4,40/4,82 г, Жиры - 2,38/2,96 г, Углеводы - 16,45/20,57 г, Калорийность - 90,53/110,46 ккал	пор	
200/250	Азу из говядины Пищевая ценность: Белки - 13,08/16,35 г, Жиры - 15,17/18,95 г, Углеводы - 26,16/32,72 г, Калорийность - 268,62/335,78 ккал	пор	
180/180	Компот из ягод замороженных (черн смородина) Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,072 г, Углеводы - 4,79 г, Калорийность - 61,79 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	
700/860	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		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	пор	
196/4 196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 11,15 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 11,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
ИТОГО: 1570/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 33,00/40,41 г, Жиры - 37,06/48,90 г, Углеводы - 175,83/206,65 г, Калорийность - 1162,21/1399,66 ккал		

Зав. производством _____

Мельникова Е. А.)



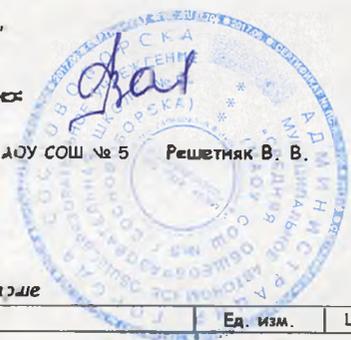
ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.



**Меню
вторник**

"22" октября 2024 г

Возрастная группа 6-11 лет, 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 0,93 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,55 г, Калорийность - 12,00 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 23,43/36,46 г, Углеводы - 33,54/48,52 г, Калорийность - 451,02/574,98 ккал	пор	
196/4	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 - 0,05 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 - 38220 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 26,61/31,78 г, Жиры - 11,29/13,99 г, Углеводы - 92,41/102,42 г, Калорийность - 563,23/644,71 ккал		
Стоимость		22,96/26,46	
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,42/6,51 г, Жиры - 0,06/0,01 г, Углеводы - 1,14/1,20 г, Калорийность - 6,60/11,00 ккал	пор	
194/6	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,49 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,27 г, Жиры - 15,53/14,77 г, Углеводы - 15,4/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 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 - 222,48/262,65 ккал	пор	
180/180	Компот из яблок и лимона Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,13 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,47/19,56 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 - 14,75/19,38 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,90/36,95 г, Жиры - 23,97/27,87 г, Углеводы - 114,56/139,22 г, Калорийность - 779,49/932,53 ккал		
Стоимость		24,44/28,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 0,050 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
Стоимость		52,22/72,33	
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 65,31/80,33 г, Жиры - 4,61/5,33 г, Углеводы - 274,12/335,88 г, Калорийность - 1712,11/2104,63 ккал		

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

среда

" 23 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/20	Сыр порционный Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
190/10 237/13	Каша геркулесовая с маслом Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,34 г, Жиры - 11,51/14,51 г, Углеводы - 29,46/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал	пор	
200/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 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 - 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		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углеводы - 2,28/3,5 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал	пор	
200/250	Суп-лапша домашняя 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	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/6,49 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая 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	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/18,32 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 - 14,76/18,68 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		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Майская	пор	
200/200	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,70/12,50 г, Жиры - 13,90/20,75 г, Углеводы - 75,50/93,55 г, Калорийность - 438,00/606,00 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 57,87/68,01 г, Жиры - 42,82/53,65 г, Углеводы - 238,21/287,55 г, Калорийность - 1495,82/1809,95 ккал		

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
четверг**

" 24 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 0,86 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 2,97 г, Калорийность - 17,34 ккал	пор	
90/30 100/30	Тфтели мясные с томатным соусом 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	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,63/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/265,65 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
540/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 22,25/24,80 г, Жиры - 18,07/21,00 г, Углеводы - 98,83/113,59 г, Калорийность - 603,87/676,89 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,55/0,92 г, Жиры - 3,63/6,27 г, Углеводы - 7,69/12,78 г, Калорийность - 67,08/111,68 ккал	пор	
194/6 242/8	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,93 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал	пор	
90/100	Рыба тушеная с овощами Пищевая ценность: Белки - 13,04/15,08 г, Жиры - 12,27/14,60 г, Углеводы - 3,12/3,46 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
150/180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,84 г, Жиры - 4,28/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 187,03/226,37 ккал	пор	
180/180	Напиток их облепихи Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,059 г, Углеводы - 7,42 г, Калорийность - 41,37 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 - 26,71/32,36 г, Жиры - 25,73/32,73 г, Углеводы - 89,67/113,67 г, Калорийность - 663,13/830,31 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба с сахаром	пор	
200/200	Снежок 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 - 5,50 г Жиры - 5,00 г, Углеводы - 9,40 г, Калорийность - 105,00 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 54,56/62,96 г, Жиры - 45,30/58,74 г, Углеводы - 197,90/233,65 г, Калорийность - 1372,00/1612,20 ккал		

Зав. производством _____ (Мельникова Е. А.)



Утверждаю: _____

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано: _____

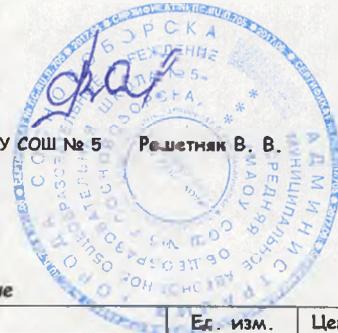
Директор ЛАОУ СОШ № 5 Решетняк В. В.

Меню

пятница

" 25 " октября 2024 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше



Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
150/20	Запеканка творожная с молоком с уценным	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	Какао с молоком	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 ккал		
40/40	Батон	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал		
120/120	Фрукт (яблоко)	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 - 32,23/37,052 г, Жиры - 18,57/21,988 г, Углеводы - 84,80/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Помидоры свежие порционные	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,10 г, Жиры - 0,12/0,20 г, Углеводы - 2,28/3,80 г, Калорийность - 14,40/24,00 ккал		
200/250	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне	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	Котлеты рубленые из мяса птицы	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 17,21/18,94 г, Жиры - 15,77/16,86 г, Углеводы - 11,28/15,40 г, Калорийность - 256,84/275,98 ккал		
150/180	Картофельное пюре	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,75 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,59 ккал		
180/180	Компот из абрикосов и яблок	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный	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	Хлеб пшеничный	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 - 27,49/35,76 г, Жиры - 21,19/23,91 г, Углеводы - 96,03/142,39 г, Калорийность - 670,32/911,90 ккал		
Стоимость		124,44/144,67	
Полдник			
100/150	Сдоба Плюшка	пор	
200/200	Чай с сахаром	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		
Стоимость		52,22/72,33	
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 68,42/85,26 г, Жиры - 46,25/55,55 г, Углеводы - 259,33/336,12 г, Калорийность - 1732,57/2196,63 ккал		

Зав. производством _____

(Мельникова Е. А)

