



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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

С. В. Дурманов
М. В. Дурманов



Меню

неделя 1, Понедельник
 07.09.2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выс. од	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
18/1/200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,59 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 338,75/379,34 ккал	пор	82,96/96,46
20/1/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
12/1/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,97 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,1г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24/40 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной 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	пор	
200/250	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,29/23,98г, Жиры - 6,80/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,36 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 ккал	пор	
3/1/10	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 - 30,43/38,4 г, Жиры - 12,9/16,02 г, Углеводы - 88,2/109,44 г, Калорийность - 553,97/690,21 ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,02 г, Жиры - 10,75/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 333,49/500,34 ккал	пор	62,22/72,33
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,25/12,26 г, Жиры - 10,80/16,18 г, Углеводы - 54,23/89,78 г, Калорийность - 388,24/555,09 ккал		
ИТОГО: 1540/1770	Пищевая ценность дня: Белки - 56,09/69,60 г, Жиры - 35,55/45,65 г, Углеводы - 242,80/294,54 г, Калорийность - 1484,75/1828,43 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Сиромов



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано: *[Signature]*
и.о. директора *[Signature]*



Меню
неделя - 1 Вторник
02.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Вн код, г	Название	Завтрак	Ед. изм.	Цена, руб
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал		пор	82,96/96,46
200/250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,29 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал		пор	
200/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 ккал		пор	
40/50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,8 г, Жиры - 0,32/0,4 г, Углеводы - 19,68/24,6 г, Калорийность - 94,00/117,5 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			
Обед				
60/100	Огурцы соленые порционно Пищевая ценность: Белки - 0,48/0,8 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,02/1,7 г, Калорийность - 7,8/13,00 ккал		пор	124,44/144,67
200/250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,18/4,55 г, Жиры - 2,31/3,36 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,34 ккал		пор	
90/100	Котлеты рыбные Пищевая ценность: Белки - 15,39/17,11г, 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 - 3,83/4,75 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 - 12,89 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 - 77,7/103,6 ккал			
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 - 28,19/32,86 г, Жиры - 18,78/22,45 г, Углеводы - 94,59/114,62 г, Калорийность - 572,88/694,08 ккал			
Полдник				
10/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,83/13,26 г, Жиры - 10,7/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,75/466,22 ккал		пор	62,22/72,33
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал		пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал			
ИТОГО 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 61,41/74,91 г, Жиры - 48,64/59,09 г, Углеводы - 244,90/299,43 г, Калорийность - 1557,26/1890,78 ккал			

Технолог
Зав. Производством

(Т.В. Богомолова)



[Signature]



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

Handwritten signature and stamp of the school principal, dated 03.09.2024.

Меню

неделя - 1, Среда

03.09.2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше



Вз. код, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 0,51/15,25 г, Жиры - 2,7/12,59 г, Углеводы - 2,7/50,84 г, Калорийность - 4,8/379,34 ккал	пор	82,96/96,46
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,046/18,941 г, Жиры - 15,169/16,855 г, Углеводы - 13,861/14,401 г, Калорийность - 251,972/279,981 ккал	пор	
180/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,695/5,585 г, Жиры - 4,122/5,078 г, Углеводы - 21,18/25,190 г, Калорийность - 140,401/168,571 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,236 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,163 г, Калорийность - 54,748 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,0 ккал	пор	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,527/28,312 г, Жиры - 22,366/25,008 г, Углеводы - 70,584/76,134 г, Калорийность - 581,921/638,1 ккал		
Обед			
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Рассольник Московский Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,12/5,34 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность - 106,08/130,16 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,70/10,4 г, Углеводы - 38,84/48,85 г, Калорийность - 290,98/372,46 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 - 24,5/30,77 г, Жиры - 38,03/50,76 г, Углеводы - 103,96/131,23 г, Калорийность - 829,98/1068,98 ккал		
Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 12,5/18,65 г, Жиры - 12,81/19,19 г, Углеводы - 90,67/129,49 г, Калорийность - 527,45/764,48 ккал		
1500/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 62,008/77,819 г, Жиры - 73,163/94,725 г, Углеводы - 261,497/332,553 г, Калорийность - 1921,787/2452,058 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Handwritten signature of the production manager.



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:

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

Согласовано:

И. В. директор
Ирина Тимофеева



Меню

неделя - 1 Четверг

04.04.2024 г.

Возрастная группа 7-11 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	82,96/96,46
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 - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 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	
510/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,437/40,957 г, Жиры - 30,664/40,068 г, Углеводы - 58,079/59,582 г, Калорийность - 642,351/767,171 ккал		
Обед			
60/100	Икра морковная Пищевая ценность: Белки - 0,940/1,556 г, Жиры - 3,086/5,144 г, Углеводы - 6,955/11,592 г, Калорийность - 50,243/83,738 ккал	пор	124,44/144,67
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 тушёные в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 21,531/25,071 г, Жиры - 5,771/6,056 г, Углеводы - 1,312/1,372 г, Калорийность - 143,351/160,301 ккал	пор	
150/180	Каша перловая рассыпчатая 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	Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,414 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 - 0,99/1,32 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 - 40,104/47,992 г, Жиры - 19,9/23,598 г, Углеводы - 114,001/139,643 г, Калорийность - 773,514/931,729 ккал		
Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 16,15/21,56 г, Жиры - 18,68/27,64 г, Углеводы - 77,31/119,26 г, Калорийность - 541,56/811,39 ккал		
ИТОГО: 1550/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 88,697/110,510 г, Жиры - 69,245/91,306 г, Углеводы - 249,395/318,494 г, Калорийность - 1 957,431/2 510,292 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Пертнева



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

И.О. директора МАОУ "Гимназия № 13 "Академ"

Меню

неделя - 1, Пятница

05.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше



Table with columns: Выход, г; Название; Ед. изм.; Цена, руб. Rows include breakfast items (Сыр порционно, Вафли, Каша молочная "Дружба", Чай без сахара, Батон), lunch items (Салат из свеклы с сыром, Суп из овощей, Биточки мясные с томатным соусом, Рожки отварные, Напиток из лимона, Хлеб ржано-пшеничный, Хлеб пшеничный), and afternoon items (Пирожок с картофельной начинкой, Чай с молоком и сахаром).

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Handwritten signature of T.V. Bogomolova



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Меню

неделя - 1, Суббота
06.04 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб.
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	82,96/96,46
210/260	Вареники с творогом Пищевая ценность: Белки - 10,08 г, Жиры - 15,25 г, Углеводы - 70,13 г, Калорийность - 548,1 ккал	пор	
207/200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
4/40	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 - 2,8г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550 г	Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,36г, Жиры - 26,32 г, Углеводы - 126,52 г, Калорийность - 913,63 ккал		
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,1 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24/40,00 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп картофельный с мясными фрикадельками Пищевая ценность: Белки - 5,84/7,30 г, Жиры - 5,67/7,09 г, Углеводы - 20,27/25,34 г, Калорийность - 138,31/172,87 ккал	пор	
90/100	Гуляш из мяса (говядина) Пищевая ценность: Белки - 14,96/15,1 г, Жиры - 14,97/15,26 г, Углеводы - 7,35/8,12 г, Калорийность - 205,72/209,23 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	
18.1/180	Сок Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 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	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,631/39,398 г, Жиры - 26,449/31,173 г, Углеводы - 115,797/140,854 г, Калорийность - 795,059/959,181 ккал		
Полдник			
100/150	Ватрушка с повидлом Пищевая ценность: Белки - 7,65/11,48 г, Жиры - 10,44/15,67 г, Углеводы - 75,66/113,50 г, Калорийность - 420,75/631,20 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,75/12,68 г, Жиры - 10,64/15,87 г, Углеводы - 100,06/137,90 г, Калорийность - 522,75/733,20 ккал		
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 87,973/70,059 г, Жиры - 65,479/78,906 г, Углеводы - 273,621/334,92 г, Калорийность - 1769,661/2169,378 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Т.В. Богомолова



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:

И.О. [подпись]
Менеджер

Меню

неделя - 2, Понедельник
08.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше



Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционнo Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Каша пшеничная молочная 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	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	
1/40	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 - 89,09/100,94 г, Калорийность - 546,68/619,23 ккал		
Обед			
60/100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,020/1,7 г, Жиры - 5,4/9 г, Углеводы - 5,4/9 г, Калорийность - 81,6/136 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп картофельный с крупой 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	Азу из говядины 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	Компот из ягод замороженных (черн.смородина) Пищевая ценность: Белки - 0,18г, Жиры - 0,072г, Углеводы - 14,79 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	
70/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 23,506/29,49 г, Жиры - 24,246/32,624 г, Углеводы - 92,073/116,081 г, Калорийность - 650,738/841,619 ккал		
Полдник			
10/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,82 /13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,76/466,21 ккал	пор	62,22/72,33
200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,75/12,58 г, Жиры - 10,64/15,87 г, Углеводы - 100,06/137,90 г, Калорийность - 522,75/733,20 ккал		
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 51,19/60,12 г, Жиры - 56,20/64,45 г, Углеводы - 258,28/321,01 г, Калорийность - 1702,53/2054,57 ккал		

Технолог

Т.В. Богомолова (Т.В. Богомолова)

Зав. производством



И.О. [подпись]



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



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

Согласовано:

Меню

неделя-2, Вторник
09.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Свекла отварная Пищевая ценность: Белки - 0,45 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 2,64 г, Калорийность - 12,6 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,70/10,4 г, Углеводы - 38,84/48,85 г, Калорийность - 290,98/372,46 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
50/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,99/23,58 г, Жиры - 31,99/40,02 г, Углеводы - 92,84/102,78 г, Калорийность - 724,87/847,83 ккал		
Обед			
60/100	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Пищевая ценность: Белки - 2,575/4,292 г, Жиры - 5,12/8,533 г, Углеводы - 6,129/10,215 г, Калорийность - 81,054/135,090 ккал	пор	124,44/144,67
20/250	Борщ с фасолью и картофелем Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,48 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленные из мяса Пищевая ценность: Белки - 0,294 г, Жиры - 0,190 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,129 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
180/180	Компот из яблок с лимоном Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
74/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 33,045/40,538 г, Жиры - 29,014/36,275 г, Углеводы - 119,399/147,535 г, Калорийность - 853,805/1056,620 ккал		
Полдник			
10/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55/15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	62,22/72,33
20/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,064/13,493 г, Жиры - 10,752/16,108 г, Углеводы - 62,205/87,142 г, Калорийность - 365,503/520,966 ккал		
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,79/80,279 г, Жиры - 74,733/98,988 г, Углеводы - 293,194/373,223 г, Калорийность - 2068,628/2664,229 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Подпись



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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Меню

неделя - 2, Среда

2024

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше



Выход, г	Название	Завтрак	Обед	Полдник	Ед. изм.	Цена, руб	
20/30	Сыр порционнo Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,2 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал				пор	82,96/96,46	
20/250	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,33 г, Жиры - 11,61/14,51 г, Углеводы - 29,45/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал				пор		
4/40	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65/1,65 г, Жиры - 1,30/1,30 г, Углеводы - 15,44/15,44 г, Калорийность - 80,38/80,38 ккал				пор		
4/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88,0 ккал				пор		
4/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,04 г, Жиры - 0,32/0,32 г, Углеводы - 19,68/19,68 г, Калорийность - 94/94 ккал				пор		
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,36/21,02 г, Жиры - 18,85/21,75 г, Углеводы - 82,98/90,34 г, Калорийность - 580,82/643,23 ккал						
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,55 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал				пор	124,44/144,67	
200/250	Суп-лапша домашняя Пищевая ценность: Белки - 3,93/4,24 г, Жиры - 4,8/5,99 г, Углеводы - 11,76/14,71 г, Калорийность - 11,76/41,10 ккал				пор		
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,45/18,93 г, Жиры - 6,34/6,48 г, Углеводы - 6,68/8,08 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал				пор		
150/160	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,1/5,07 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал				пор		
150/160	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,47/0,47 г, Жиры - 0,19/0,19 г, Углеводы - 16,74/16,74 г, Калорийность - 79,66/79,66 ккал				пор		
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 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 - 31,31/37,55 г, Жиры - 20,81/33,39 г, Углеводы - 91,82/156,71 г, Калорийность - 595,26/ ккал						
100/150	Творожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,12 г, Углеводы - 51,06/76,61 г, Калорийность - 333,48/500,33 ккал				пор	62,22/72,33	
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1/1,1 г, Жиры - 0,2/0,2 г, Углеводы - 24,40/24,4 г, Калорийность - 102,00/102 ккал				пор		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,11/13,11 г, Жиры - 10,94/16,32 г, Углеводы - 75,46/101,0 г, Калорийность - 435,48/602,33 ккал						
Итого: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 159,78/170,64 г, Жиры - 50,61/64,66 г, Углеводы - 250,27/305,61 г, Калорийность - 1611,58/1975,76 ккал						

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено: Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Богомолова

Согласовано: *А.И. Ширяченко*
И.О. Дубинина
Т.В. Богомолова

Меню
неделя - 2, четверг
11.04 2024 г.



Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,21/0,21 г, Жиры - 0,03/0,03 г, Углеводы - 0,57/0,57 г, Калорийность - 3,3/3,3 ккал	пор	82,96/96,46
120/130	Тефтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 16,65/16,25 г, Углеводы - 25,05/25,84 г, Калорийность - 240,04/241,97 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,65/4,53 г, Углеводы - 40,94/49,41 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,23/0,23 г, Жиры - 0,05/0,05 г, Углеводы - 13,16/13,16 г, Калорийность - 54,74/54,74 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,04 г, Жиры - 0,32/0,32 г, Углеводы - 19,68/19,68 г, Калорийность - 94/94 ккал	пор	
580/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,73/24,42 г, Жиры - 20,71/21,19 г, Углеводы - 99,41/108,67 г, Калорийность - 614,57/663,67 ккал		
Обед			
60/100	Салат "Степной" Пищевая ценность: Белки - 1,10/1,84 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,21/10,36 г, Калорийность - 68,94/114,86 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,32/4,77 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,88/15,17 г, Калорийность - 93,18/115,50 ккал	пор	
90/100	Рыба тушенная с овощами Пищевая ценность: Белки - 13,03/15,07 г, Жиры - 13,27/14,59 г, Углеводы - 3,11/3,11 г, Калорийность - 104,84/113,6 ккал	пор	
180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,00/4,84 г, Жиры - 4,27/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,93 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	Напиток из облепихи Пищевая ценность: Белки - 0,23/0,23 г, Жиры - 1,06/1,06 г, Углеводы - 7,4/7,4 г, Калорийность - 41,37/41,37 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 - 27,53/33,22 г, Жиры - 29,74/37,1 г, Углеводы - 90,96/114,98 г, Калорийность - 642,56/809,91 ккал		
Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,30/18,45 г, Жиры - 12,75/19,13 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,05/711,08 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Кисло-молочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6/5,6 г, Жиры - 5,0/5,0 г, Углеводы - 9,4/9,4 г, Калорийность - 105,0/105,0 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 17,9/24,05 г, Жиры - 17,75/24,13 г, Углеводы - 87,03/125,85 г, Калорийность - 579,05/816,08 ккал		
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 67,17/81,69 г, Жиры - 68,22/82,43 г, Углеводы - 277,40/349,50 г, Калорийность - 1837,19/2289,67 ккал		

Технолог *Т.В. Богомолова* (Т.В. Богомолова)

Зав. производством *Т.В. Богомолова*





Утверждено:
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Филонов

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

И.О. Мухоморова
Тимофеева
Ирина
Александр



Меню

неделя - 2, пятница

12.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Название

Завтрак

Ед. изм.

Цена, руб

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
170/200	Запеканка творожная с молоком сгущенным Пищевая ценность: Белки - 25,06/29,84 г, Жиры - 14,58/18,0 г, Углеводы - 36,46/39,83 г, Калорийность - 382,42/446,9 ккал	пор	82,96/96,46
200/200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88/3,88 г, Жиры - 3,1/3,1 г, Углеводы - 18,18/18,18 г, Калорийность - 117,43/117,43 ккал	пор	
10	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8/2,8 г, Жиры - 0,4/0,4 г, Углеводы - 18,4/18,4 г, Калорийность - 88,00/88,0 ккал	пор	
20	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48/0,48 г, Жиры - 0,48/0,48 г, Углеводы - 11,76/11,76 г, Калорийность - 56,4/56,4 ккал	пор	
530/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,22/37,00 г, Жиры - 18,56/21,98 г, Углеводы - 84,80/88,17 г, Калорийность - 644,25/708,73 ккал		
Обед			
60/100	Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,6 г, Углеводы - 5,94/9,9 г, Калорийность - 34,68/57,8 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне Пищевая ценность: Белки - 4,60/5,08 г, Жиры - 2,43/3,02 г, Углеводы - 13,28/16,59 г, Калорийность - 81,16/98,74 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,21/18,94 г, Жиры - 15,76/16,85 г, Углеводы - 11,28/15,40 г, Калорийность - 256,84/279,98 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,24/3,9 г, Жиры - 3,83/4,74 г, Углеводы - 23,15/27,81 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов и яблок Пищевая ценность: Белки - 0,23/0,23 г, Жиры - 0/0 г, Углеводы - 18,26/18,26 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
11/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0/1,32 г, Углеводы - 18,26/19,32 г, Калорийность - 74,59/103,6 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 - 31,85/37,47 г, Жиры - 23,62/26,86 г, Углеводы - 101,16/126,97 г, Калорийность - 735,66/878,41 ккал		
Полдник			
100/150	Тирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,94 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность - 474,06/481,17 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2/0,2 г, Жиры - 0,05/0,05 г, Углеводы - 13,04/13,04 г, Калорийность - 53,39/53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,82/13,14 г, Жиры - 10,82/16,21 г, Углеводы - 64,73/91,00 г, Калорийность - 374,11/534,56 ккал		
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 72,9/87,62 г, Жиры - 53,01/65,07 г, Углеводы - 250,70/306,16 г, Калорийность - 1754,02/2121,7 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Тимофеева

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:
и.о. директора
Литвинова
Мерем

Меню

неделя - 2, суббота
13.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Название

№ п/п	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
1/10	Масло сливочное порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08/0,08 г, Жиры - 7,25/7,25 г, Углеводы - 0,13/0,13 г, Калорийность - 66,1/66,1 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Суп молочный с макаронными изделиями Пищевая ценность: Белки - 4,67/5,84 г, Жиры - 3,87/4,83 г, Углеводы - 17,69/22,12 г, Калорийность - 125,04/156,3 ккал	пор	
200/200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2/3,2 г, Жиры - 2,5/2,5 г, Углеводы - 22,07/22,07 г, Калорийность - 124,37/124,37 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8/2,8 г, Жиры - 0,4/0,4 г, Углеводы - 18,4/18,4 г, Калорийность - 88,0/88,0 ккал	пор	
50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9/3,9 г, Жиры - 7,69/7,69 г, Углеводы - 34,64/34,64 г, Калорийность - 220,0/220,0 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,65/15,82 г, Жиры - 21,72/22,68 г, Углеводы - 92,94/97,37 г, Калорийность - 623,51/654,77 ккал		
Обед			
60/100	Салат из свеклы с зеленым горошком Пищевая ценность: Белки - 0,96/1,59 г, Жиры - 3,71/6,19 г, Углеводы - 5,96/9,93 г, Калорийность - 56,18/93,64 ккал	пор	124,44/144,67
20/250	Суп из рыбных консервов Пищевая ценность: Белки - 5,11/6,31 г, Жиры - 7,46/9,28 г, Углеводы - 17,23/20,57 г, Калорийность - 139,23/173,73 ккал	пор	
18/200	Тельмени с маслом Пищевая ценность: Белки - 12,96/14,56 г, Жиры - 40,10/43,3 г, Углеводы - 45,06/50,66 г, Калорийность - 596,2/654,2 ккал	пор	
180/180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99/0,99 г, Жиры - 0,18/0,18 г, Углеводы - 21,96/21,96 г, Калорийность - 91,80/91,8 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	
680/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 24,84/36,63 г, Жиры - 52,68/33,57 г, Углеводы - 119,46/132,89 г, Калорийность - 1031,61/956,70 ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с капустой и яйцом Пищевая ценность: Белки - 12,92/19,38 г, Жиры - 14,51/21,77 г, Углеводы - 45,17/67,77 г, Калорийность - 363,09/544,73 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65/1,65 г, Жиры - 1,3/1,3 г, Углеводы - 15,44/15,44 г, Калорийность - 80,38/80,38 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 14,57/14,05 г, Жиры - 15,81/16,36 г, Углеводы - 60,61/102,36 г, Калорийность - 443,48 ккал		
1710	Пищевая ценность дня: Белки - 54,07/66,75 г, Жиры - 90,21/106,35 г, Углеводы - 273,03/322,7 г, Калорийность - 2098,61/2490,86 ккал		

Технолог

(Т.В. Боголова)

Зав. производством



Литвинова

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: *[Подпись]*
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Богомолов

Согласовано: *[Подпись]*

Меню

неделя - 1, Понедельник

15.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
180/200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,59 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 338,75/379,34 ккал	пор	82,96/96,46
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	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
540/150	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,41/18,97 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,38/95,32 г, Калорийность - 542,54/583,13 ккал		
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,1г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24/40 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной 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	пор	
200/250	Рагу овощное из птиц Пищевая ценность: Белки - 19,29/23,98г, Жиры - 6,80/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,36 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
180/180	Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,23г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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 - 30,43/38,4 г, Жиры - 12,9/16,02 г, Углеводы - 88,2/109,44 г, Калорийность - 553,97/690,21 ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,02 г, Жиры - 10,75/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 333,49/500,34 ккал	пор	62,22/72,33
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,25/12,26 г, Жиры - 10,80/16,18 г, Углеводы - 54,23/89,78 г, Калорийность - 388,24/555,09 ккал		
ИТОГО: 1540/1770	Пищевая ценность дня: Белки - 56,09/69,60 г, Жиры - 35,55/48,65 г, Углеводы - 242,80/294,54 г, Калорийность - 1484,75/1828,43 ккал		

Технолог

[Подпись] (Т.В. Богомолова)

Зав. производством

[Подпись]





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:
И. В. Дурманенко
И. В. Дурманенко
"Академ"

Меню
неделя - 1 Вторник
16.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше
Название



№ п/п	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Яйцо отварное Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,29 г, Калорийность - 224,23/281,09 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	
40/50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,8 г, Жиры - 0,32/0,4 г, Углеводы - 19,68/24,6 г, Калорийность - 94,00/117,5 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		
Обед			
60/100	Огурцы соленые порционно Пищевая ценность: Белки - 0,48/0,8 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,02/1,7 г, Калорийность - 7,8/13,00 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,18/4,55 г, Жиры - 2,31/3,36 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,34 ккал	пор	
2/100	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 - 3,83/4,75 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 - 12,89 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 - 77,7/103,6 ккал		
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 - 28,19/32,86 г, Жиры - 18,78/22,45 г, Углеводы - 94,59/114,62 г, Калорийность - 572,88/694,08 ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,83/13,26 г, Жиры - 10,7/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,75/466,22 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал		
Итого 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 61,41/71,91 г, Жиры - 48,64/59,09 г, Углеводы - 244,90/299,43 г, Калорийность - 1557,26/1890,78 ккал		

Технолог
Зав. Производством



(Т. В. Богомолова)
Богомолова



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:
И. О. [Signature]
Павлова
 "Академия"

Меню
 неделя - 1 Среда

17.09 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 0,51/15,25 г, Жиры - 2,7/12,59 г, Углеводы - 2,7/50,84 г, Калорийность - 4,8/379,34 ккал	пор	82,96/96,46
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,046/18,941 г, Жиры - 15,169/16,855 г, Углеводы - 13,861/14,401 г, Калорийность - 251,972/279,981 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,695/5,585 г, Жиры - 4,122/5,078 г, Углеводы - 21,18/25,190 г, Калорийность - 140,401/168,871 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,236 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,163 г, Калорийность - 54,748 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,0 ккал	пор	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,527/28,312 г, Жиры - 22,366/25,008 г, Углеводы - 70,584/76,134 г, Калорийность - 581,921/638,1 ккал		
Обед			
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	124,44/144,67
20/250	Рассольник Московский Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,12/5,34 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность - 106,08/130,16 ккал	пор	
20/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,70/10,4 г, Углеводы - 38,84/48,85 г, Калорийность - 290,98/372,46 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 - 24,5/30,77 г, Жиры - 38,03/50,76 г, Углеводы - 103,96/131,23 г, Калорийность - 829,98/1068,98 ккал		
Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	62,22/72,33
20/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
30/0/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 12,5/18,65 г, Жиры - 12,81/19,19 г, Углеводы - 90,67/129,49 г, Калорийность - 527,45/764,48 ккал		
1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 62,009/77,819 г, Жиры - 73,163/94,725 г, Углеводы - 261,497/332,553 г, Калорийность - 1921,787/2452,058 ккал		

Технолог *[Signature]* (Т. В. Богомолова)

Зав. производством *[Signature]*



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Ирина Петровна
Гимназия № 13 "Академ"

Меню

неделя - 1 Четверг
18.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 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	82,96/96,46
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 - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 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	
510/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,437/40,957 г, Жиры - 30,664/40,068 г, Углеводы - 58,079/59,582 г, Калорийность - 642,351/767,171 ккал		
Обед			
60/100	Икра морковная Пищевая ценность: Белки - 0,940/1,556 г, Жиры - 3,086/5,144 г, Углеводы - 6,955/11,592 г, Калорийность - 50,243/83,738 ккал	пор	124,44/144,67
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 тушёные в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 21,531/25,071 г, Жиры - 5,771/6,056 г, Углеводы - 1,312/1,372 г, Калорийность - 143,351/160,301 ккал	пор	
150/180	Каша перловая рассыпчатая 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	
100/180	Компот из изюма Пищевая ценность: Белки - 0,414 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 - 0,99/1,32 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 - 40,104/47,992 г, Жиры - 19,9/23,598 г, Углеводы - 114,001/139,643 г, Калорийность - 773,514/931,729 ккал		
Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55/15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 16,15/21,56 г, Жиры - 18,68/27,64 г, Углеводы - 77,31/119,26 г, Калорийность - 541,56/811,39 ккал		
Итого:	Пищевая ценность дня: Белки - 88,697/110,510 г, Жиры - 69,245/91,306 г, Углеводы - 249,395/318,494 г, Калорийность - 1 957,431/2 510,292 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Петрова



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждаю: _____
 Директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" _____

Согласовано: _____
 Директор МАОУ "Гимназия №13" _____

Меню

неделя - 1, Пятница
 19.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/20	Сыр порционнно Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	82,96/96,46
4/40	Вафли Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 28,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
20/250	Каша молочная "Дружба" 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	
20/200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,855/17,315 г, Жиры - 21,185/22,680 г, Углеводы - 80,248/88,906 г, Калорийность - 465,956/520,056 ккал		
Обед			
60/100	Салат из свеклы с сыром Пищевая ценность: Белки - 2,199/3,665 г, Жиры - 4,459/7,432 г, Углеводы 4,664/7,773 г, Калорийность - 67,806/113,009 ккал	пор	124,44/144,67
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	пор	
120/130	Биточки мясные с томатным соусом 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	
15/180	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	
18/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,126 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 22,376 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 - 14,49/19,32 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 - 31,846/38,145 г, Жиры - 32,223/38,762 г, Углеводы - 126,234/1152,61 г, Калорийность - 902,592/1 087,756 ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность - 320,72/481,18 ккал	пор	62,22/72,33
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	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 10,272/14,599 г, Жиры - 12,071/17,464 г, Углеводы - 67,139/93,404 г, Калорийность - 401,113/561,566 ккал		
Итого: 157/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 57,973/70,059 г, Жиры - 65,479/78,906 г, Углеводы - 273,621/334,92 г, Калорийность - 1769,661/2169,378 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Мельников



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" В. Винонов

Согласовано:

И.В. Богомолова
И.В. Богомолова
И.В. Богомолова

Меню

неделя - 1 Суббота

2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб.
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	82,96/96,46
210/260	Вареники с творогом Пищевая ценность: Белки - 10,08 г, Жиры - 15,25 г, Углеводы - 70,13 г, Калорийность - 548,1 ккал	пор	
20/200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
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 - 2,8г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550 г	Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,36г, Жиры - 26,32 г, Углеводы - 126,52 г, Калорийность - 913,63 ккал		
Обед			
60/100	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,86/3,1 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 3,9/6,5 г, Калорийность - 24/40,00 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Суп картофельный с мясными фрикадельками Пищевая ценность: Белки - 5,84/7,30 г, Жиры - 5,67/7,09 г, Углеводы - 20,27/25,34 г, Калорийность - 138,31/172,87 ккал	пор	
90/100	Гуляш из мяса (говядина) Пищевая ценность: Белки - 14,96/15,1 г, Жиры - 14,97/15,26 г, Углеводы - 7,35/8,12 г, Калорийность - 205,72/209,23 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	
18/180	Сок Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,8 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	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,631/39,398 г, Жиры - 26,449/31,173 г, Углеводы - 115,797/140,854 г, Калорийность - 795,059/959,181 ккал		
Полдник			
100/150	Ватрушка с повидлом Пищевая ценность: Белки - 7,65/11,48 г, Жиры - 10,44/15,67 г, Углеводы - 75,66/113,50 г, Калорийность - 420,75/631,20 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,75/12,58 г, Жиры - 10,64/15,87 г, Углеводы - 100,06/137,90 г, Калорийность - 522,75/733,20 ккал		
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 57,973/70,059 г, Жиры - 65,479/78,906 г, Углеводы - 273,621/334,92 г, Калорийность - 1769,661/2169,378 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



И.В. Богомолова



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утвержденный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Богомолова

Согласовано



Меню

неделя 2, Понедельник

22.09 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционнo Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Каша пшеничная молочная 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	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	
4/1/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
57/1620	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		
Обед			
60/100	Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,020/1,7 г, Жиры - 5,4/9 г, Углеводы - 5,4/9 г, Калорийность - 81,6/136 ккал	пор	124,44/144,67
20/1250	Суп картофельный с крупой 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	
20/1250	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. смородина) Пищевая ценность: Белки - 0,18 г, Жиры - 0,072 г, Углеводы - 14,79 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	
70/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 23,506/29,49 г, Жиры - 24,246/32,624 г, Углеводы - 92,073/116,081 г, Калорийность - 650,738/841,619 ккал		
Полдник			
10/150	Ттирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,82/13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,76/466,21 ккал	пор	62,22/72,33
100	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
30/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,75/12,58 г, Жиры - 10,64/15,87 г, Углеводы - 100,06/137,90 г, Калорийность - 522,75/733,20 ккал		
Итого: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 51,19/60,12 г, Жиры - 56,20/64,45 г, Углеводы - 258,28/321,01 г, Калорийность - 1702,53/2054,57 ккал		

Технолог

Т.В. Богомолова (Т.В. Богомолова)

Зав. производством





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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



Меню
 неделя - 2, Вторник
 23.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Свекла отварная Пищевая ценность: Белки - 0,45 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 2,64 г, Калорийность - 12,6 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,70/10,4 г, Углеводы - 38,84/48,85 г, Калорийность - 290,98/372,46 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,99/23,58 г, Жиры - 31,99/40,02 г, Углеводы - 92,84/102,78 г, Калорийность - 724,87/847,83 ккал		
Обед			
60/100	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Пищевая ценность: Белки - 2,575/4,292 г, Жиры - 5,12/8,533 г, Углеводы - 6,129/10,215 г, Калорийность - 81,054/135,090 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Борщ с фасолью и картофелем Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,48 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 0,294 г, Жиры - 0,190 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,129 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
180/180	Компот из яблок с лимоном Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/103,6 ккал	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность - 70,5/94,0 ккал	пор	
74/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 33,045/40,538 г, Жиры - 29,014/36,275 г, Углеводы - 119,399/147,535 г, Калорийность - 853,805/1056,620 ккал		
Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,064/13,493 г, Жиры - 10,752/16,108 г, Углеводы - 62,205/87,142 г, Калорийность - 365,503/520,966 ккал		
Итого: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,79/80,279 г, Жиры - 74,733/98,988 г, Углеводы - 293,194/373,223 г, Калорийность - 2068,628/2664,229 ккал		

Технолог (Т.В. Богомолова)

Зав. производством *Терешин*





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено: Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Богомолова

Согласовано:

Handwritten signature and stamp of the school principal, dated 2024.04.24.

Меню

неделя - 2, Среда

24.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/30	Сыр порционнo Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,2 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	82,96/96,46
20/250	Каша геркулесовая Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,33 г, Жиры - 11,61/14,51 г, Углеводы - 29,45/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал	пор	
20/200	Чай с молоком и сахаром Пищевая ценность: Белки - 1,65/1,65 г, Жиры - 1,30/1,30 г, Углеводы - 15,44/15,44 г, Калорийность - 80,38/80,38 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,04 г, Жиры - 0,32/0,32 г, Углеводы - 19,68/19,68 г, Калорийность - 94/94 ккал	пор	
50/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,36/21,02 г, Жиры - 18,85/21,75 г, Углеводы - 82,98/90,34 г, Калорийность - 580,82/643,23 ккал		
Обед			
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,55 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	124,44/144,67
20/250	Суп-лапша домашняя Пищевая ценность: Белки - 3,93/4,24 г, Жиры - 4,8/5,99 г, Углеводы - 11,76/14,71 г, Калорийность - 11,76/41,10 ккал	пор	
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,45/18,93 г, Жиры - 6,34/6,48 г, Углеводы - 6,68/8,08 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
15/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,1/5,07 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал	пор	
18/180	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,47/0,47 г, Жиры - 0,19/0,19 г, Углеводы - 16,74/16,74 г, Калорийность - 79,66/79,66 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 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	
74/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,31/37,55 г, Жиры - 20,81/33,39 г, Углеводы - 91,82/156,71 г, Калорийность - 595,26/ ккал		
Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,12 г, Углеводы - 51,06/76,61 г, Калорийность - 333,48/500,33 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1/1,1 г, Жиры - 0,2/0,2 г, Углеводы - 24,40/24,4 г, Калорийность - 102,00/102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,11/13,11 г, Жиры - 10,94/16,32 г, Углеводы - 75,46/101,0 г, Калорийность - 435,48/602,33 ккал		
Итого:	Пищевая ценность дня: Белки - 59,78/70,64 г, Жиры - 50,61/64,66 г, Углеводы - 250,27/305,61 г, Калорийность - 1611,58/1975,76 ккал		
154/1790			

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Handwritten signature of the production manager.



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано:



Меню

неделя - 2, четверг

15.04 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,21/0,21 г, Жиры - 0,03/0,03 г, Углеводы - 0,57/0,57 г, Калорийность - 3,3/3,3 ккал	пор	82,96/96,46
120/130	Тфтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 16,65/16,25 г, Углеводы - 25,05/25,84 г, Калорийность - 240,04/241,97 ккал	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,65/4,53 г, Углеводы - 40,94/49,41 г, Калорийность - 222,48/269,65 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,23/0,23 г, Жиры - 0,05/0,05 г, Углеводы - 13,16/13,16 г, Калорийность - 54,74/54,74 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,04 г, Жиры - 0,32/0,32 г, Углеводы - 19,68/19,68 г, Калорийность - 94/94 ккал	пор	
50/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,73/24,42 г, Жиры - 20,71/21,19 г, Углеводы - 99,41/108,67 г, Калорийность - 614,57/663,67 ккал		
Обед			
60/100	Салат "Степной" Пищевая ценность: Белки - 1,10/1,84 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,21/10,36 г, Калорийность - 68,94/114,86 ккал	пор	124,44/144,67
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,32/4,77 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,88/15,17 г, Калорийность - 93,18/115,50 ккал	пор	
90/100	Рыба тушеная с овощами Пищевая ценность: Белки - 13,03/15,07 г, Жиры - 13,27/14,59 г, Углеводы - 3,11/3,11 г, Калорийность - 104,84/113,6 ккал		
160	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,00/4,84 г, Жиры - 4,27/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,93 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	Напиток из облепихи Пищевая ценность: Белки - 0,23/0,23 г, Жиры - 1,06/1,06 г, Углеводы - 7,4/7,4 г, Калорийность - 41,37/41,37 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	
74/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,53/33,22 г, Жиры - 29,74/37,1 г, Углеводы - 90,96/114,98 г, Калорийность - 642,56/809,91 ккал		
Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,30/18,45 г, Жиры - 12,75/19,13 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,05/711,08 ккал	пор	62,22/72,33
200/200	Кисло-молочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6/5,6 г, Жиры - 5,0/5,0 г, Углеводы - 9,4/9,4 г, Калорийность - 105,0/105,0 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 17,9/24,05 г, Жиры - 17,75/24,13 г, Углеводы - 87,03/125,85 г, Калорийность - 579,05/816,08 ккал		
1580,1820	Пищевая ценность дня: Белки - 87,17/81,69 г, Жиры - 68,22/82,43 г, Углеводы - 277,40/349,50 г, Калорийность - 1837,19/2289,67 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено:
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Богомолов

Согласовано:
И.О. директора
Т.В. Богомолов

Меню

неделя - 2 пятница
08.06.2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше



Table with columns: Выход, г; Название; Ед. изм.; Цена, руб. It lists meals for Breakfast (Завтрак), Lunch (Обед), and Afternoon snack (Полдник) with detailed nutritional information.

Технолог (Т.В. Богомолова)

Зав. производством



Handwritten signature of the production manager.



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

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

Согласовано: [Signature] и.о. директора МАОУ [Signature]

Меню

неделя - 2, суббота 27.04.2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Table with columns: Выход, г; Название; Ед. изм.; Цена, руб. Rows include breakfast (Завтрак), lunch (Обед), and afternoon snack (Полдник) items with detailed nutritional information.

Технолог [Signature] (Т.В. Богомолова)

Зав. производством [Signature]

