

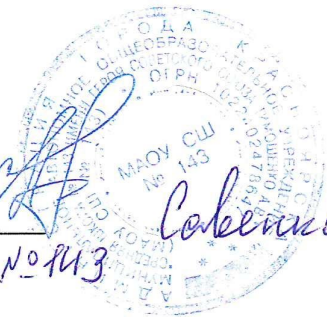


Утверждаю:

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

Согласовано:

МАОУ СШ №143



Меню

неделя-2, Среда

08.05 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционное Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	82,96/96,46
200/250	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	
200/200	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	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,24/15,90 г, Жиры - 20,90/23,80 г, Углеводы - 83,11/90,47 г, Калорийность - 578,12/640,53 ккал		
Обед			
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,55 г, Жиры - 4,17/7,18 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	
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,98 г, Жиры - 4,1/5,07 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал	пор	
180/180	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 - 0,92/1,32 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/ юкал		
Полдник			
130/150	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: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 59,78/70,64 г, Жиры - 50,61/64,66 г, Углеводы - 250,27/305,61 г, Калорийность - 1611,58/1978,76 ккал		

Технолог

Т.В. Богомалова

(Т.В. Богомалова)

Зав. производством

М.А. Беломестнов

(Беломестнов М.А)