

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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



Директор «МАОУ Гимназия №1» Тоцкая О. Ю.

Меню

понедельник

" 16 " декабря 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 - 66,1 ккал	пор	
196/4 245/5	Каша пшённая молочная с маслом 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	
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 - 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 - 5,4/9,00 г, Углеводы - 5,4/9,0 г, Калорийность - 81,6/136,00 ккал	пор	
200/250	Суп картофельный с крупой Пищевая ценность: Белки - 4,40/4,82 г, Жиры - 2,38/2,96 г, Углеводы - 16,46/20,57 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 абрикосов и яблок Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 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 - 23,57/29,55 г, Жиры - 24,24/32,63 г, Углеводы - 95,15/119,06 г, Калорийность - 663,73/854,68 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 - 33,06/40,46 г, Жиры - 38,99/48,83 г, Углеводы - 179,30/210,12 г, Калорийность - 1175,02/1412,47 ккал		

Зав. производством

(Жицкая Е. М.)

Утверждено:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано
Для
документов

Меню

вторник

" 17 " декабря 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 - 28,43/36,46 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 - 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 - 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	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,55/0,91 г, Жиры - 3,69/6,16 г, Углеводы - 7,69/12,79 г, Калорийность - 67,08/111,68 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 - 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 - 14,49/19,32 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 - 0,2г, 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 - 54,28/64,66 г, Жиры - 49,83/61,64 г, Углеводы - 229,20/268,87 г, Калорийность - 1539,09/1835,06 ккал		
1540/1790			

Зав. производством

(Жицкая Е. М.)

Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Точкая О. Ю.

Меню
среда

" 18 " декабря 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 - 11,61/14,51 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	Салат из белокачанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,06/5,10 г, Углеводы - 7,54/14,49 г, Калорийность - 53,01/88,21 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	
150/180 200/200	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 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 - 14,49/19,32 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 - 31,31/36,49 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 - 70,50/93,55 г, Калорийность - 438,00/606,00 ккал		
Стоимость		62,22/72,33	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 46,84/52,86 г, Жиры - 43,11/50,21 г, Углеводы - 200,05/232,05 г, Калорийность - 1282,18/1462,66 ккал		

Зав. производством

(Жицкая Е. М.)

Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано
ДЛЯ
ДОКУМЕНТОВ

Директор МАОУ Гимназия №17 Устюжка О. Ю.

Меню
четверг

" 19 " декабря 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	Тертели 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 - 3,66/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,42 г, Калорийность - 222,48/269,65 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 - 98,83/110,59 г, Калорийность - 603,87/676,89 ккал		
Стоимость		82,96/96,46	
Обед			
60/100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 6,20/10,53 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	
194/6 242/8	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал	пор	
90/100	Рыба тушеная 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 облепихи Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,069 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 - 26,71/32,56 г, Жиры - 26,73/32,73 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 - 54,93/63,60 г, Жиры - 50,22/59,77 г, Углеводы - 196,42/231,39 г, Калорийность - 1363,80/1601,95 ккал		

Зав. производством  (Жицкая Е. М.)

Утверждаю:

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано:
Для
Документов
Директор МАОУ Гимназия №1

Тоцкая О. Ю.

Меню
пятница

" 20 " декабря 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 - 84,80/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
Стоимость			82,96/96,46
Обед			
60/100	Икра свекольная	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,01/1,69 г, Жиры - 3,09/5,14 г, Углеводы - 7,66/12,77 г, Калорийность - 52,85/88,08 ккал		
200/250	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 - 256,84/279,98 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 - 140,18/169,69 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			62,22/72,33
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 61,17/70,72 г, Жиры - 42,92/51,24 г, Углеводы - 210,61/238,23 г, Калорийность - 1455,01/1668,80 ккал		

Зав. производством

(Жицкая Е. М.)