

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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



(Handwritten signature)

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

| Выход, г | Название | Ед. изм. | Цена, руб |
|------------------|--|---------------------|-----------|
| Завтрак | | | |
| 140/10 185/15 | Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 9,01/12,46 г, Жиры - 6,26/9,27 г, Углеводы - 40,94/54,65 г, Калорийность - 256,88/352,87 ккал | пор | |
| 110/110 | Фрукт яблоки Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал | пор | |
| 200/200 | Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 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 | |
| 500/550 | Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,69/16,14 г, Жиры - 7,08/10,08 г, Углеводы - 84,45/98,15 г, Калорийность - 544,97/551,96 ккал | | |
| Стоимость | | 87,10/101,28 | |

| | | | |
|------------------|---|----------------------|--|
| Обед | | | |
| 60/100 | Икра овощная Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,70 г, Жиры - 5,40/9,00 г, Углеводы - 5,40/9,00 г, Калорийность - 81,60/136,00 ккал | пор | |
| 194/6 242/8 | Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,12/5,16 г, Жиры - 4,18/5,22 г, Углеводы - 10,95/13,69 г, Калорийность - 841,73/105,92 ккал | пор | |
| 240/280 | Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 18,43/21,45 г, Жиры - 21,68/25,30 г, Углеводы - 32,12/37,47 г, Калорийность - 355,22/414,42 ккал | пор | |
| 180/180 | Компот из абрикосов Пищевая ценность: Белки - 0,234 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 | |
| 740/890 | Пищевая ценность обеда: Белки - 28,64/35,03 г, Жиры - 32,49/41,15 г, Углеводы - 95,98/117,43 г, Калорийность - 744,34/928,53 ккал | | |
| Стоимость | | 130,67/151,90 | |

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

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

Зав. производством



(Мельникова Е. А.)

Утверждаю: _____

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано:
Директор МАОУ Гимназия №1
кор ИНОВАЦИЯ Точка О. Ю

Меню
вторник

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

Зав. производством _____

Мельникова Е. А.)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____

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

Меню
среда

" 19 " марта 2025 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 - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал | пор | |
| 90/100 | Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки -14,35/15,81 г, Жиры - 13,61/14,55 г, Углеводы -12,50/14,58, Калорийность - 225,79/246,86 ккал | пор | |
| 150/180 | 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 | |
| 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 - 3,04/3,80 г, Жиры - 0,32/0,40 г, Углеводы - 19,68/24,60 г, Калорийность - 94,00/117,50 ккал | пор | |
| 500/550 | Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,88/26,99 г, Жиры - 21,19/23,16 г, Углеводы - 80,39/91,39 г, Калорийность - 602,94/675,68 ккал | | |
| Стоимость | | | 87,10/101,28 |

| | | | |
|------------------|---|-----|----------------------|
| Обед | | | |
| 60/100 | Кукуруза порционно Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,60 г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,80 ккал | пор | |
| 195/5 244/6 | Рассольник московский со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,14/5,09 г, Жиры - 4,08/5,34 г, Углеводы - 10,71/17,69 г, Калорийность - 88,53/130,16 ккал | пор | |
| 240/280 | Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 19,94/23,26 г, Жиры - 23,13/26,99 г, Углеводы - 50,08/58,42 г, Калорийность - 457,16/533,36 ккал | пор | |
| 180/180 | 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 | |
| 740/890 | Пищевая ценность обеда: Белки - 30,78/37,81 г, Жиры - 28,94/34,70 г, Углеводы - 111,48/140,52 г, Калорийность - 793,37/983,72 ккал | | |
| Стоимость | | | 130,67/151,90 |

| | | | |
|------------------|--|-----|--------------------|
| Полдник | | | |
| 100/150 | Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,58/12,88 г, Жиры - 10,64/15,97 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 309,30/464,04 ккал | пор | |
| 200/200 | 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 - 8,78/13,09 г, Жиры - 10,69/16,03 г, Углеводы - 62,09/87,02 г, Калорийность - 362,69/517,43 ккал | | |
| Стоимость | | | 65,33/75,95 |

| | | | |
|----------------------------|--|--|--|
| ИТОГО: 1540/1790 | Пищевая ценность дня: Белки - 43,77/47,89 г, Жиры - 60,82/73,88 г, Углеводы - 253,95/318,92 г, Калорийность - 1759,00/2176,83 ккал | | |
|----------------------------|--|--|--|

Зав. производством _____

(Мельникова Е. А.)



Утверждено: _____

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано:

Директор МАОУ Гимназия №1
кор ИНОВАЦИЯ Тоцкая О. Ю

Меню

четверг

" 20 " марта 2025 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 - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал | пор | |
| 110/110 | Фрукт (яблоки) Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал | пор | |
| 500/550 | Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,40/40,92 г, Жиры - 30,62/40,03 г, Углеводы - 57,10/58,60 г, Калорийность - 637,65/762,47 ккал | | |
| Стоимость | | | 87,10/101,28 |
| Обед | | | |
| 60/100 | Салат картофельный Пищевая ценность: Белки - 1,15/1,92 г, Жиры - 2,22/5,37 г, Углеводы - 12,30/20,49 г, Калорийность - 65,27/108,79 ккал | пор | |
| 200/250 | 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 | |
| 90/30 100/30 | Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе Пищевая ценность: Белки - 24,86/27,59 г, Жиры - 28,90/31,66 г, Углеводы - 6,89/7,55 г, Калорийность - 362,95/398,65 ккал | пор | |
| 150/180 | 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 - 0,41 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 - 0,99/1,32 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 - 43,65/50,86 г, Жиры - 43,16/49,42 г, Углеводы - 124,92/154,73 г, Калорийность - 1008,15/1195,13 ккал | | |
| Стоимость | | | 130,67/151,90 |
| Полдник | | | |
| 100/150 | Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,38/12,57 г, Жиры - 10,71/16,08 г, Углеводы - 51,70/77,55 г, Калорийность - 319,27/479,00 ккал | пор | |
| 200/200 | 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 - 13,98/18,17 г, Жиры - 15,72/21,08 г, Углеводы - 61,10/86,95 г, Калорийность - 424,27/584,00 ккал | | |
| Стоимость | | | 65,33/75,95 |
| ИТОГО: 1570/1820 | Пищевая ценность дня: Белки - 90,02/109,95 г, Жиры - 89,51/110,53 г, Углеводы - 243,12/300,28 г, Калорийность - 2070,07/2541,60 ккал | | |

Зав. производством _____



(Мельникова Е. А.)

Утверждено: _____

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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано:
Директор МАОУ Гимназия №1
кор. ИНОВАЦИЯ-Тоцкая О. Ю

Меню

пятница

" 21 " марта 2025 г. *

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

| Выход | Название | Ед. изм. | Цена |
|------------------|---|----------------------|------|
| Завтрак | | | |
| 50/50 | Вафли Пищевая ценность: Белки - 2,25 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 35,00 г, Калорийность - 110,00 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 | |
| 50/50 | Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал | пор | |
| 500/550 | Пищевая ценность завтрака: Белки - 12,11/13,57 г, Жиры - 18,17/19,66 г, Углеводы - 93,45/102,11 г, Калорийность - 448,66/502,76 ккал | | |
| Стоимость | | 87,10/101,28 | |
| 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 | пор | |
| 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 | |
| 90/30 100/30 | Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,09/15,61 г, Жиры - 17,58/18,80 г, Углеводы - 17,58/19,77 г, Калорийность - 275,70/300,08 ккал | пор | |
| 150/180 | Макаронные изделия 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 | 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 - 14,49/19,32 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 - 31,22/37,76 г, Углеводы - 126,23/152,61 г, Калорийность - 893,60/1078,77 ккал | | |
| Стоимость | | 130,67/151,90 | |
| Полдник | | | |
| 100/150 | Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 11,92/17,88 г, Жиры - 12,68/19,01 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 471,81/707,71 | пор | |
| 200/200 | 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 - 13,57/19,53 г, Жиры - 13,98/20,32 г, Углеводы - 93,08/131,89 г, Калорийность - 552,19/788,10 ккал | | |
| Стоимость | | 65,33/75,95 | |
| ИТОГО: | Пищевая ценность дня: Белки - 57,52/71,24 г, Жиры - 63,37/77,74 г, Углеводы - 312,76/386,61 г, Калорийность - 1894,45/2369,62 ккал | | |
| 1570/1820 | | | |

Зав. производством _____



Мельникова Е. А.)