



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Комиссарова Е.Т.
№ 136

Меню

неделя 2, понедельник

23.10

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	
200/250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 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			79,00/91,87
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,7 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,0 ккал	пор	
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,31/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему с курицей Пищевая ценность: Белки - 17,68/22,09 г, Жиры - 6,74/8,43 г, Углеводы - 27,51/34,39 г, Калорийность - 218,03/272,54 ккал	пор	
180/180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,144 г, Жиры - 0,144 г, Углеводы - 15,504 г, Калорийность - 64,800 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	пор	
700/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,28/34,00 г, Жиры - 12,92/16,25 г, Углеводы - 85,72/106,11 г, Калорийность - 531,71/661,03 ккал		
Стоимость			118,52/137,78
Полдник			
100/150	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 -	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 - 9,03/13,45 г, Жиры - 10,75/16,10 г, Углеводы - 62,08/87,02 г, Калорийность - 364,14/519,61 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1570/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 48,66/62,05 г, Жиры - 38,93/49,40 г, Углеводы - 236,89/294,08 г, Калорийность - 1442,53/1799,86 ккал		

Технолог *Томаш* *Томашова Е.В.*
Зав. производством *Шеницына* ()