



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



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

Меню

неделя 1, понедельник

2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, *	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	
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 - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,38 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 - 23,29/24,70 г, Жиры - 18,95/20,38 г, Углеводы - 76,86/86,42 г, Калорийность - 571,61/628,47 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Огурцы свежие в нарезке Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,7 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,00 ккал	пор	
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
90/100	Гуляш из птицы Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/5,98 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83 /4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	Напиток из лимона Пищевая ценность: Белки - 0,12 г, Жиры - 0,014 г, Углеводы - 22,37 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	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 29,39/34,14 г, Жиры - 16,25/18,97 г, Углеводы - 94,48/114,32 г, Калорийность - 613,78/728,14 ккал		
Стоимость			118,52/137,78

Полдник			
100/150	Тирозок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 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 - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал		
Стоимость			59,27/68,88

ИТОГО 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 60,90/71,06 г, Жиры - 46,01/55,53 г, Углеводы - 236,46/290,4 г, Калорийность - 1572,28/1910,34 ккал		
---------------------------	--	--	--

Технолог

Технолог

Технолог Т. В.

Зав. производством _____ ()



[Handwritten signature]

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано

Директор



Меню

неделя 1, вторник

2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
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	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный 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	
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,44/19,01 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,5/95,44 г, Калорийность - 543,9/584,49 ккал		
Стоимость		79,00/91,87	
Обед			
60/100	Салат из свеклы с сыром Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,66 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,66/7,77 г, Калорийность - 67,81/113,01 ккал	пор	
200/250	Рассольник Московский Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,13/5,34 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность - 106,08/130,16 ккал	пор	
90/100	Котлета рубленая 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	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 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	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	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,65/36,59 г, Жиры - 28,27/35,05 г, Углеводы - 100,56/123,03 г, Калорийность - 761,56/932,94 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	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 - 9,93/14,36 г, Жиры - 10,89/16,25 г, Углеводы - 73,44/98,38 г, Калорийность - 412,75/568,22 ккал		
Стоимость		59,27/68,88	
1610/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 58,03/69,96 г, Жиры - 51,02/64,76 г, Углеводы - 264,5/316,86 г, Калорийность - 1718,22/2085,65 ккал		

Технолог

[Handwritten signature]

[Handwritten signature]

Зав. производством

(

)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Меню

неделя 1, среда

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 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/100	Котлеты рубленые из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,24/19,25 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 256,84/284,12 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83 /4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 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	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,91/26,6 г, Жиры - 20,0/22,28 г, Углеводы - 67,73/74,05 г, Калорийность - 547,71/604,5 ккал		
Стоимость			79,00/91,87
Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,70 г, Жиры - 0,06/0,100 г, Углеводы - 1,14/1,90 г, Калорийность - 6,60/11,00 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 - 73,09/93,3 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 452,02/574,98 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 - 24,02/29,37 г, Жиры - 36,22/41,71 г, Углеводы - 102,07/120,63 г, Калорийность - 796,99/941,72 ккал		
Стоимость			118,52/137,78
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	
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	ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 59,93/75,48 г, Жиры - 64,98/90,26 г, Углеводы - 255,41/332,8 г, Калорийность - 1819,87/2401,13 ккал		

Технолог Торелл Тореллова Т.В.
 Зав. производством _____ ()



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



утверждено:

Генеральный директор

ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано:

Директор

Меню

неделя 1, четверг

2023 г.

Возрастная группа 7-11 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	
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 -	пор	
200/200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 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	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
520/570	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,51/41,03 г, Жиры - 37,91/47,31 г, Углеводы - 58,20/59,71 г, Калорийность - 708,45/833,27 ккал		
Стоимость			79,00/91,87
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 - 24,00/40,00 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 - 12,32/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 17,68/22,1 г, Жиры - 6,74/8,43 г, Углеводы - 27,51/34,39 г, Калорийность - 218,03/272,54 ккал	пор	
180/180	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,19 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 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	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,77/36,46 г, Жиры - 12,89/16,26 г, Углеводы - 85,52/107,76 г, Калорийность - 541,55/682,47 ккал		
Стоимость			118,52/137,78
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 -	пор	
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		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1520/1780	Пищевая ценность дня: Белки - 77,44/99,05 г, Жиры - 69,47/91,22 г, Углеводы - 221,05/286,74 г, Калорийность - 1791,57/2327,13 ккал		

Технолог

Томаш

Томашева Т.В.

Зав. производством

(

)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждено
 Главный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано
 Директор

Меню

неделя 1, пятница

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20/20	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200/250	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	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Вафли Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 28,0 г, Калорийность - 88,0 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 - 15,83/17,29 г, Жиры - 21,18/22,67 г, Углеводы - 93,21/101,87 г, Калорийность - 517,66/571,76 ккал		
Стоимость		79,00/91,87	
Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,06/5,09 г, Углеводы - 7,54/14,49 г, Калорийность - 53,01/88,21 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	
90/100	Котлета рубленая из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,26 г, Жиры - 13,53/14,77 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 ккал	пор	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 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	Напиток из плодов шиповника Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,2 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 37,97/44,71 г, Жиры - 30,23/35,04 г, Углеводы - 126,11/157,44 г, Калорийность - 913,78/1093,09 ккал		
Стоимость		118,52/137,78	
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	
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 - 8,82/13,15 г, Жиры - 10,82/16,21 г, Углеводы - 64,74/91,0 г, Калорийность - 374,11 ккал		
Стоимость		59,27/68,88	
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 62,63/75,15 г, Жиры - 62,23/73,93 г, Углеводы - 284,07/350,31 г, Калорийность - 1805,55/2199,41 ккал		

Технолог

Томелл *Томашева А.В.*

Зав. производством

()