

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



**Меню**  
**Понедельник - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 15,25 г, Жиры - 12,59 г, Углеводы - 50,84 г, Калорийность - 379,34 ккал	пор	
200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 53,3 ккал	пор	
40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
200	<b>Сок 200 мл в инд.уп.</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 22,4 г, Калорийность - 90 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 650 гр</b>	<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 18,36 г, Жиры - 20,3 г, Углеводы - 104,93 г, Калорийность - 676,74 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> Пищевая ценность: Белки - 2,06 г, Жиры - 5,86 г, Углеводы - 4,13 г, Калорийность - 108,99 ккал	пор	
250	<b>Плов из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 21,3 г, Жиры - 24,08 г, Углеводы - 45,76 г, Калорийность - 483,94 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 21,1 г, Калорийность - 88,74 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	<b>Кислота аскорбиновая, 35 мг</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 860,04 гр</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 31,76 г, Жиры - 39,87 г, Углеводы - 115,76 г, Калорийность - 990,47 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

<b>ИТОГО: 1 510,04 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 50,13 г, Жиры - 60,17 г, Углеводы - 220,69 г, Калорийность - 1 667,21 ккал</b>
---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству /(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ /()

Рук. производственного отдела /(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_/(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню  
Понедельник - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	<b>Масло порционное</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 14,53 г, Жиры - 12,38 г, Углеводы - 51,2 г, Калорийность - 373,58 ккал	пор	
200	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,7 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,6 г, Калорийность - 105,5 ккал	пор	
150	<b>Фрукт, 1 шт</b> Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 610 гр</b>	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,13 г, Жиры - 20,93 г, Углеводы - 87,7 г, Калорийность - 615,76 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,7 г, Жиры - 9 г, Углеводы - 9 г, Калорийность - 136 ккал	пор	
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> Пищевая ценность: Белки - 1,95 г, Жиры - 5,26 г, Углеводы - 3,99 г, Калорийность - 102,51 ккал	пор	
250	<b>Каша перловая с курицей</b> Пищевая ценность: Белки - 22,48 г, Жиры - 18,96 г, Углеводы - 48,5 г, Калорийность - 453,39 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 9,13 г, Калорийность - 40,86 ккал	пор	
80	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	<b>Кислота аскорбиновая, 35 мг</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 860,04 гр</b>	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,76 г, Жиры - 34,31 г, Углеводы - 105,18 г, Калорийность - 901,56 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

**ИТОГО: 1 470,04 гр** Пищевая ценность дня: Белки - 51,89 г, Жиры - 55,24 г, Углеводы - 192,88 г, Калорийность - 1 517,32 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству Игорь Чернов / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ()

Рук. производственного отдела Марина Яушкина / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор Валентина Родина / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11





**Меню**  
**Вторник - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Зефир, 60</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 47,88 г, Калорийность - 195,6 ккал	пор	
250	<b>Каша рисовая молочная</b> Пищевая ценность: Белки - 7,09 г, Жиры - 7,85 г, Углеводы - 41,67 г, Калорийность - 266,69 ккал	пор	
200	<b>Какао из консервов "Какао со сгущенным молоком и сахаром"</b> Пищевая ценность: Белки - 2,95 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,66 г, Калорийность - 114,73 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 550 гр</b>		<b>Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,56 г, Жиры - 10,97 г, Углеводы - 127,69 г, Калорийность - 665,42 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Салат из свеклы отварной</b> Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,09 г, Углеводы - 8,45 г, Калорийность - 85,27 ккал	пор	
250	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 86,85 ккал	пор	
100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 12,62 г, Жиры - 19,5 г, Углеводы - 13,54 г, Калорийность - 279,22 ккал	пор	
180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180	<b>Кисель витаминизированный</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 21,76 г, Калорийность - 88,11 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	<b>Кислота аскорбиновая, 35 мг</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
<b>ИТОГО: 890,04 гр</b>		<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 25,81 г, Жиры - 33,46 г, Углеводы - 90,91 г, Калорийность - 883,61 ккал</b>	
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

<b>ИТОГО: 1 440,04 гр</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 39,37 г, Жиры - 44,43 г, Углеводы - 218,59 г, Калорийность - 1 549,03 ккал</b>
---------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству \_\_\_\_\_ //(Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ //

Рук. производственного отдела \_\_\_\_\_ //(Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ //(Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Меню  
Вторник - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
250	Каша пшённая молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 48,63 г, Калорийность - 319,43 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 640 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,81 г, Жиры - 10,04 г, Углеводы - 80,68 г, Калорийность - 474,41 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 5,24 г, Калорийность - 73,59 ккал	пор	
250	Суп картофельный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 1,85 г, Жиры - 3,25 г, Углеводы - 8,8 г, Калорийность - 86,85 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса птицы паровые Пищевая ценность: Белки - 17,82 г, Жиры - 19,35 г, Углеводы - 8,32 г, Калорийность - 276,19 ккал	пор	
180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 171,36 ккал	пор	
180	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,07 г, Калорийность - 0,07 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
ИТОГО: 890 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 31,14 г, Жиры - 33,54 г, Углеводы - 59,58 г, Калорийность - 776,86 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 530 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 45,95 г, Жиры - 43,57 г, Углеводы - 140,26 г, Калорийность - 1 251,26 ккал
-----------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ /0)

Рук. производственного отдела  (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



**Меню**  
**Среда - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
40	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,24 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 16 ккал	пор	
130	Тертели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,07 г, Жиры - 21,41 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 306,43 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 53,3 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 24,17 г, Жиры - 26,98 г, Углеводы - 73,92 г, Калорийность - 632,7 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 12,79 г, Калорийность - 111,68 ккал	пор	
250	Борщ из свежей капусты с картофелем Пищевая ценность: Белки - 1,94 г, Жиры - 5,82 г, Углеводы - 6,3 г, Калорийность - 109,34 ккал	пор	
250	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,76 г, Жиры - 22,55 г, Углеводы - 6,65 г, Калорийность - 381,23 ккал	пор	
180	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 860,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,81 г, Жиры - 35,46 г, Углеводы - 74,04 г, Калорийность - 832,29 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 450,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 52,98 г, Жиры - 62,44 г, Углеводы - 147,97 г, Калорийность - 1 464,99 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ()

Рук. производственного отдела  / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано



**Меню**  
**Среда - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
40	Горошек зеленый отварной Пищевая ценность: Белки - 1,24 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 2,6 г, Калорийность - 16 ккал	пор	
130	Тертели мясные с томатным соусом на пару Пищевая ценность: Белки - 15,75 г, Жиры - 23,66 г, Углеводы - 6,02 г, Калорийность - 299,35 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
ИТОГО: 590 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 25,75 г, Жиры - 29,4 г, Углеводы - 51,17 г, Калорийность - 568,4 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	Салат из моркови с яблоком Пищевая ценность: Белки - 0,92 г, Жиры - 6,16 г, Углеводы - 6,8 г, Калорийность - 87,74 ккал	пор	
250	Рассольник московский (крупа перловая) Пищевая ценность: Белки - 2,39 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 34,8 г, Калорийность - 121,78 ккал	пор	
250	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,76 г, Жиры - 22,55 г, Углеводы - 6,65 г, Калорийность - 381,23 ккал	пор	
180	Компот ассорти без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 0,58 г, Калорийность - 9,36 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 860,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 29,19 г, Жиры - 35,03 г, Углеводы - 83,38 г, Калорийность - 768,91 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 450,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 54,94 г, Жиры - 64,42 г, Углеводы - 134,54 г, Калорийность - 1 337,3 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству \_\_\_\_\_ / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ( )

Рук. производственного отдела \_\_\_\_\_ / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано  
**Меню**  
Четверг - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100	<b>Салат из моркови с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,25 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 11,61 г, Калорийность - 53,55 ккал	пор	
200	<b>Омлет натуральный</b> Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 51,94 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
ИТОГО: 540 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 38,72 г, Жиры - 37,26 г, Углеводы - 49,2 г, Калорийность - 686,29 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 4,15 г, Калорийность - 104,57 ккал	пор	
250	<b>Рассольник московский (крупа перловая)</b> Пищевая ценность: Белки - 2,39 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 10 г, Калорийность - 121,78 ккал	пор	
100	<b>Цыпленок запеченный</b> Пищевая ценность: Белки - 21,98 г, Жиры - 23,53 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 298,48 ккал	пор	
180	<b>Рожки отварные</b> Пищевая ценность: Белки - 7,74 г, Жиры - 4,54 г, Углеводы - 49,42 г, Калорийность - 269,65 ккал	пор	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 21,1 г, Калорийность - 88,74 ккал	пор	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	<b>Кислота аскорбиновая, 35 мг</b> Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 40,37 г, Жиры - 41,4 г, Углеводы - 120,81 г, Калорийность - 1 056,02 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 430,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 79,09 г, Жиры - 78,67 г, Углеводы - 170,01 г, Калорийность - 1 742,31 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ()

Рук. производственного отдела  / (Яшкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Меню  
Четверг - 1 Старшие

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
100	Салат из моркови без сахара Пищевая ценность: Белки - 1,22 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 6,49 г, Калорийность - 86,84 ккал	пор	
200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,4 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,7 г, Жиры - 0,65 г, Углеводы - 21,6 г, Калорийность - 105,5 ккал	пор	
ИТОГО: 550 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 39,38 г, Жиры - 43,55 г, Углеводы - 34,23 г, Калорийность - 684,82 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>
<b>Обед</b>			
100	Винегрет овощной Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 7,18 г, Углеводы - 4,15 г, Калорийность - 104,57 ккал	пор	
250	Рассольник московский (крупа перловая) Пищевая ценность: Белки - 2,33 г, Жиры - 4,33 г, Углеводы - 10,45 г, Калорийность - 115,21 ккал	пор	
100	Куры отварные Пищевая ценность: Белки - 26,37 г, Жиры - 25,94 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 335,58 ккал	пор	
180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 7 г, Жиры - 4,18 г, Углеводы - 49,48 г, Калорийность - 261,41 ккал	пор	
180	Компот из сухофруктов без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,7 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 9,13 г, Калорийность - 40,86 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 43,87 г, Жиры - 42,73 г, Углеводы - 107,77 г, Калорийность - 1 026,43 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>
ИТОГО: 1 440,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 83,25 г, Жиры - 86,28 г, Углеводы - 142 г, Калорийность - 1 711,24 ккал			

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ( )

Рук. производственного отдела  / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор \_\_\_\_\_ / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"



**Меню**  
**Пятница - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
250	Каша молочная "Дружба" Пищевая ценность: Белки - 7,37 г, Жиры - 8,46 г, Углеводы - 40,56 г, Калорийность - 268,77 ккал	пор	
200	Кофейный напиток Пищевая ценность: Белки - 2,66 г, Жиры - 2,7 г, Углеводы - 19,58 г, Калорийность - 113,4 ккал	пор	
40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 640 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,44 г, Жиры - 12,16 г, Углеводы - 93,24 г, Калорийность - 540,67 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>

<b>Обед</b>			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 10,23 г, Калорийность - 93,54 ккал	пор	
250	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 12,49 г, Калорийность - 149,13 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса Пищевая ценность: Белки - 14,15 г, Жиры - 22,44 г, Углеводы - 13,62 г, Калорийность - 312,21 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 18,48 г, Калорийность - 88,4 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
0,035	Кислота аскорбиновая, 35 мг Пищевая ценность: Белки - 0 г, Жиры - 0 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 0 ккал	пор	
ИТОГО: 890,04 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 33,45 г, Жиры - 39,18 г, Углеводы - 112,78 г, Калорийность - 961,05 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>

ИТОГО: 1 530,04 гр Пищевая ценность дня: Белки - 46,89 г, Жиры - 51,34 г, Углеводы - 206,02 г, Калорийность - 1 501,72 ккал

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  / (Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ / ( )

Рук. производственного отдела  / (Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  / (Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11



**Меню**  
**Пятница - 1 Старшие**

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
250	Каша пшённая молочная без сахара Пищевая ценность: Белки - 11,03 г, Жиры - 8,86 г, Углеводы - 48,63 г, Калорийность - 319,43 ккал	пор	
200	Чай без сахара Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 0,08 г, Калорийность - 0,08 ккал	пор	
40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,96 г, Жиры - 0,52 г, Углеводы - 17,28 г, Калорийность - 84,4 ккал	пор	
150	Фрукт, 1 шт Пищевая ценность: Белки - 0,6 г, Жиры - 0,6 г, Углеводы - 14,7 г, Калорийность - 70,5 ккал	пор	
ИТОГО: 640 гр	Пищевая ценность завтрака: Белки - 14,81 г, Жиры - 10,04 г, Углеводы - 80,68 г, Калорийность - 474,41 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>68,44</b>
<b>Обед</b>			
100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,1 г, Углеводы - 5,24 г, Калорийность - 73,59 ккал	пор	
250	Суп картофельный с горохом Пищевая ценность: Белки - 6,13 г, Жиры - 5,54 г, Углеводы - 12,49 г, Калорийность - 149,13 ккал	пор	
100	Котлеты рубленые из мяса паровые Пищевая ценность: Белки - 13,57 г, Жиры - 23,53 г, Углеводы - 8,97 г, Калорийность - 300,89 ккал	пор	
180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 5,58 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
180	Компот из свежих яблок без сахара, 180 д Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 3,53 г, Калорийность - 16,92 ккал	пор	
80	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 5,92 г, Жиры - 1,04 г, Углеводы - 34,56 г, Калорийность - 168,8 ккал	пор	
ИТОГО: 890 гр	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,79 г, Жиры - 40,43 г, Углеводы - 89,98 г, Калорийность - 877,9 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>74,93</b>
ИТОГО: 1 530 гр	Пищевая ценность дня: Белки - 47,6 г, Жиры - 50,47 г, Углеводы - 170,66 г, Калорийность - 1 352,3 ккал		

Цены указаны с учетом НДС

Зам. директора по производству  ((Чернов Игорь Васильевич)

Зав. производством: \_\_\_\_\_ /()

Рук. производственного отдела  ((Яушкина Марина Николаевна)

Экономист-калькулятор  ((Родина Валентина Федоровна)

Телефон: 8 8342 54-66-11