



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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:  
Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.



**Меню**

понедельник

" 03 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

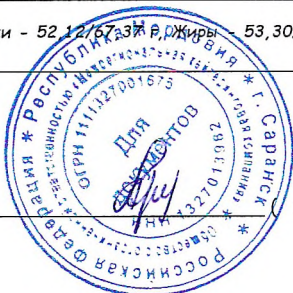
Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
140/10	<b>Рожки отварные с сыром</b>	пор	
185/15	Пищевая ценность: Белки - 9,01/12,46 г, Жиры - 6,26/9,27 г, Углеводы - 40,94/54,65 г, Калорийность - 256,88/352,87 ккал		
110/110	<b>Фрукт яблоки</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г, Калорийность - 51,70 ккал		
200/200	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,20 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал		
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		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра овощная</b>	пор	
	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		
194/6	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b>	пор	
242/8	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		
240/280	<b>Рагу овощное из птицы</b>	пор	
	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		
180/180	<b>Компот из абрикосов</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,60 ккал		
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	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	<b>Хлеб пшеничный</b>	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 - 28,64/35,03 г, Жиры - 32,49/41,15 г, Углеводы - 95,98/117,43 г, Калорийность - 744,34/928,53 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Крендель сахарный</b>	пор	
	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		
196/4	<b>Чай с лимоном</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,23 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал		
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		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	

<b>ИТОГО</b>	Пищевая ценность дня: Белки - 52,12/67,37 г, Жиры - 53,30/73,93 г, Углеводы - 261,51/338,61 г, Калорийность - 1691,63/2241,64 ккал		
1540/1790			

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Хрушкова Л. Н.)



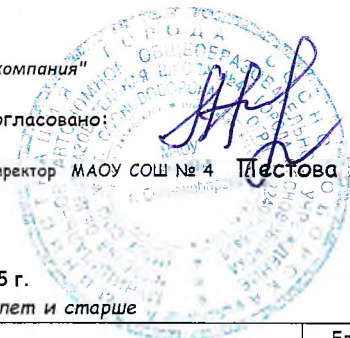


Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т.В. Финова

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.



**Меню**

вторник

" 04 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Яйцо отварное</b> Пищевая ценность: Белки - 12,70 г, Жиры - 11,50 г, Углеводы - 0,70 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
195/5 244/6	<b>Каша рисовая молочная с маслом</b> 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	<b>Чай с молоком с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,30 г, Углеводы - 15,44 г, Калорийность - 80,39 ккал	пор	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 2361/25,01 г, Жиры - 19,58/21,01 г, Углеводы - 78,48/88,04 г, Калорийность - 585,73/642,59 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из белокачанной капусты с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 0,67/1,12 г, Жиры - 3,71/6,19 г, Углеводы - 3,64/6,06 г, Калорийность - 51,59/85,98 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с вермишелью</b> 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	<b>Котлеты рыбные</b> 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	<b>Картофельное пюре</b> 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	<b>Компот из сухофруктов</b> Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 28,38/33,17 г, Жиры - 22,44/28,55 г, Углеводы - 97,22/118,98 г, Калорийность - 659,45/814,59 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,02 г, Жиры - 10,75/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,61 г, Калорийность - 33,49/500,34 ккал	пор	
200/200	<b>Сок в ассортименте</b> Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,11/13,12 г, Жиры - 10,95/16,33 г, Углеводы - 75,47/101,01 г, Калорийность - 435,49/602,34 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 61,09/71,36 г, Жиры - 52,97/65,88 г, Углеводы - 251,16/308,04 г, Калорийность - 1680,67/2059,52 ккал		

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Хрушкова Л. Н.)





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утвержден:  
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" П. В. Фионов

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.

**Меню**  
среда

" 05 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
20 / 20	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 1,56 г, Жиры - 3,08 г, Углеводы - 13,86 г, Калорийность - 88,00 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b> 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	<b>Каша гречневая вязкая</b> 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	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	<b>Хлеб пшеничный</b> 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		
<b>Стоимость</b>			<b>87,10/101,28</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Кукуруза порционно</b> 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	<b>Рассольник московский со сметаной</b> 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	<b>Плов из мяса птицы</b> 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	<b>Компот из свежих яблок</b> Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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		
<b>Стоимость</b>			<b>130,67/151,90</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с капустой и луком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,83/13,26 г, Жиры - 10,70/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность - 310,75/466,22 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> 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 - 9,03/13,46 г, Жиры - 10,75/16,10 г, Углеводы - 62,09/87,02 г, Калорийность - 364,14/519,61 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>65,33/75,95</b>

<b>ИТОГО:</b> 1500/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 55,00/67,00 г, Жиры - 34,75/41,33 г, Углеводы - 193,67/235,37 г, Калорийность - 1283,51/1551,89 ккал		
----------------------------	--	--	--

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Крушкова Л. Н.)





Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Финова

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №4 Пестова Л. М.

Меню  
четверг  
" 06 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
150/200	<b>Омлет натуральный</b> 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	<b>Кофейный напиток с молоком</b> Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,074 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
110/110	<b>Фрукт (яблоки)</b> 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		
<b>Стоимость</b>			<b>87,10/101,28</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из моркови с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,75/1,25 г, Жиры - 0,06/0,10 г, Углеводы - 7,00/11,61 г, Калорийность - 32,27/53,55 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с горохом</b> 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	<b>Грудки куриные, тушеные в сметанном соусе</b> 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	
100/30			
150/180	<b>Каша перловая рассыпчатая</b> 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	<b>Компот из изюма</b> Пищевая ценность: Белки - 0,41 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 25,32 г, Калорийность - 104,45 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 43,25/50,19 г, Жиры - 40,00/44,16 г, Углеводы - 119,62/145,85 г, Калорийность - 975,14/1139,89 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>130,67/151,90</b>

<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с картофельной начинкой</b> Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,70/77,96 г, Калорийность - 320,73/481,18 ккал	пор	
200/200			
200/200	<b>Кисломолочный напиток "Снежок"</b> 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 - 14,22/18,55 г, Жиры - 15,77/21,16 г, Углеводы - 61,10/87,36 г, Калорийность - 425,73/586,18 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>65,33/75,95</b>
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 89,87/109,66 г, Жиры - 86,04/105,35 г, Углеводы - 237,82/291,81 г, Калорийность - 2038,52/2488,54 ккал		

Зав. производством



(Хрушкова Л. Н.)



Утверждаю:  
Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Фионова

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.

**Меню**

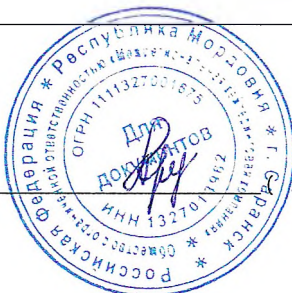
пятница

" 07 " февраля 2025 г.

Возрастная группа 6-11 лет/12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Вафли</b> Пищевая ценность: Белки - 2,25 г, Жиры - 11,00 г, Углеводы - 35,00 г, Калорийность - 110,00 ккал	пор	
195/5 244/6	<b>Каша молочная "Дружба" с маслом</b> 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	<b>Чай без сахара</b> Пищевая ценность: Белки - 0,22 г, Жиры - 0,057 г, Углеводы - 0,077 г, Калорийность - 1,685 ккал	пор	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> 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		
<b>Стоимость</b>		<b>87,10/101,28</b>	
<b>Обед</b>			
55/5 91/9	<b>Салат из свеклы с сыром</b> 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	<b>Суп из овощей</b> 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	<b>Биточки мясные с томатным соусом</b> Пищевая ценность: Белки - 13,41/14,86 г, Жиры - 23,70/25,54 г, Углеводы - 16,38/18,45 г, Калорийность - 323,30/352,44 ккал	пор	
150/180	<b>Рожки отварные</b> 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	<b>Напиток из лимона</b> Пищевая ценность: Белки - 0,13 г, Жиры - 0,01 г, Углеводы - 22,38 г, Калорийность - 92,54 ккал	пор	
30/40	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b> 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	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 31,16/37,40 г, Жиры - 37,34/44,50 г, Углеводы - 125,03/151,29 г, Калорийность - 941,20/1131,13 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>130,67/151,90</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 12,30/18,46 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	
200/200	<b>Чай смолоком и сахаром</b> 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 - 13,95/20,11 г, Жиры - 14,06/20,44 г, Углеводы - 93,08/131,89 г, Калорийность - 554,45/791,48 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>65,33/75,95</b>	
ИТОГО: 1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 57,22/71,07 г, Жиры - 69,57/84,59 г, Углеводы - 311,56/385,29 г, Калорийность - 1944,31/2425,36 ккал		

Зав. производством



(Хрушкова Л. Н.)