



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.

**Меню**

понедельник

" 29 " января 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
10/10	<b>Масло порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
196/4 245/5	<b>Каша пшеничная молочная</b> 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	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
120/120	<b>Фрукт (яблоко)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
40/40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
570/620	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>79,00/91,87</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Икра овощная</b> Пищевая ценность: Белки - 1,02/1,7 г, Жиры - 5,4/9,00 г, Углеводы - 5,4/9,0 г, Калорийность - 81,6/136,00 ккал	пор	
200/250	<b>Суп картофельный с крупой</b> Пищевая ценность: Белки - 4,40/4,82 г, Жиры - 2,38/2,96 г, Углеводы - 16,46/20,57 г, Калорийность - 90,53/110,46 ккал	пор	
200/250	<b>Азу из говядины</b> Пищевая ценность: Белки - 13,08/16,35г, Жиры - 15,17/18,96 г, Углеводы - 26,18/32,72 г, Калорийность - 268,62/335,78 ккал	пор	
180/180	<b>Компот из ягод замороженных (черн. смородина)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,18г, Жиры - 0,072г, Углеводы - 14,79 г, Калорийность - 61,79 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	
700/860	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 23,51/29,49 г, Жиры - 24,25/32,62 г, Углеводы - 92,07/116,08 г, Калорийность - 650,74/841,62 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с капустой и луком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,82 /13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность -	пор	
196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
300/350	<b>Пищевая ценность полдника: Белки - 9,06/13,49 г, Жиры - 10,75/16,11 г, Углеводы - 62,21/87,14 г, Калорийность - 366,50/520,97 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>		<b>62,22/72,33</b>	
ИТОГО: 1570/1830	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 44,93/57,57 г, Жиры - 50,26/65,78 г, Углеводы - 243,37/304,16г, Калорийность - 1562,92/1981,81 ккал</b>		

Технолог

(Т. В. Богомолова)

Зав. производством

(Хрушкова Л. Н.)





ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

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

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 4 Глестова Л. М.



Меню  
вторник

" 30 " января 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Свекла отварная</b> Пищевая ценность: Белки - 0,45 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 2,64 г, Калорийность - 12,6 ккал	пор	
200/250	<b>Плов из мяса</b> Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,43/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,52 г, Калорийность - 451,02/574,98 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	
50/50	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
20/20	<b>Печенье</b> Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,99/23,58 г, Жиры - 31,99/40,02 г, Углеводы - 92,84/102,78 г, Калорийность - 724,87/847,83 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>82,96/96,46</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат картофельный с морковью и зеленым горошком</b> Пищевая ценность: Белки - 2,58/4,29 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,13/10,22 г, Калорийность - 81,05/135,09 ккал	пор	
194/6 242/8	<b>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 5,74/6,5 г, Жиры - 4,4/5,48 г, Углеводы - 15,98/19,97 г, Калорийность - 111,84/137,1 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса</b> 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	
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>Компот из яблок и лимона</b> Пищевая ценность: Белки - 0,29 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 13,71 г, Калорийность - 61,13 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 - 33,05/40,54 г, Жиры - 29,01/36,28 г, Углеводы - 119,4/147,53 г, Калорийность - 853,81/1056,62 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>124,44/144,67</b>
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Крендель сахарный</b> Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность -	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 10,76/16,16 г, Жиры - 13,73/22,69 г, Углеводы - 80,96/122,91 г, Калорийность - 489,95/759,78 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>62,22/72,33</b>
ИТОГО: 1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 63,79/80,28 г, Жиры - 74,73/98,99 г, Углеводы - 293,19/373,22 г, Калорийность - 2068,63/2664,23 ккал		

Технолог

(Т.В. Богомолова)

Зав. производством

(Хрушкова Л. Н.)



Утверждаю:

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



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.



**Меню**

среда

" 31 " января 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
20/20	<b>Сыр порционный</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
190/10 237/13	<b>Каша геркулесовая с маслом</b> Пищевая ценность: Белки - 6,67/8,34 г, Жиры - 11,61/14,51 г, Углеводы - 29,46/36,82 г, Калорийность - 249,64/312,05 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с молоком и сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 1,65 г, Жиры - 1,301 г, Углеводы - 15,443 г, Калорийность - 80,388 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	
40/40	<b>Батон</b> Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 19,36/21,03 г, Жиры - 18,85/21,76 г, Углеводы - 82,98/90,35 г, Калорийность - 580,83/643,24 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>82,96/96,46</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,55 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 ккал	пор	
200/250	<b>Суп-лапша домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 3,39/4,24 г, Жиры - 4,79/5,99 г, Углеводы - 11,77/14,71 г, Калорийность - 32,89/41,11 ккал	пор	
90/100	<b>Гуляш из птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/6,49 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 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	
180/180	<b>Напиток из плодов шиповника</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,19 г, Углеводы - 16,74 г, Калорийность - 79,66 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 - 31,31/36,49 г, Жиры - 20,81/26,58 г, Углеводы - 91,82/114,25 г, Калорийность - 595,26/730,18 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с яблоком</b> Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 г, Калорийность - 333,48/500,34 ккал	пор	
200/200	<b>Сок фруктовый</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>62,22/72,33</b>	
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 59,79/70,64 г, Жиры - 50,62/64,67 г, Углеводы - 250,27/305,61 г, Калорийность - 1611,58/1975,76 ккал		

Технолог \_\_\_\_\_ ( Т.В. Богомолова )

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





Утверждено:  
 Генеральный директор ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" Т. В. Финонов

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.

Меню  
 четверг

" 01 " февраля 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Огурцы свежие порционные</b> Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/30 100/30	<b>Тфтели мясные с томатным соусом</b> Пищевая ценность: Белки - 11,83/13,19 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 224,23/281,09 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	
196/4	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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	
540/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,74/24,42 г, Жиры - 20,72/21,19 г, Углеводы - 99,41/108,68 г, Калорийность - 614,57/663,67 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>82,96/96,46</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат "Степной"</b> Пищевая ценность: Белки - 1,10/1,85 г, Жиры - 5,12/8,53 г, Углеводы - 6,22/10,36 г, Калорийность - 68,94/114,87 ккал	пор	
194/6 242/8	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность - 93,18/115,5 ккал	пор	
90/100	<b>Рыба тушенная с овощами</b> Пищевая ценность: Белки - 13,04/15,08 г, Жиры - 13,27/14,60 г, Углеводы - 3,12/3,46 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
150/180	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b> Пищевая ценность: Белки - 4,01/4,84 г, Жиры - 4,28/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность - 187,03/226,97 ккал	пор	
180/180	<b>Напиток их облепихи</b> Пищевая ценность: Белки - 0,238г, Жиры - 1,069 г, Углеводы - 7,42 г, Калорийность - 41,37 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 - 27,53/33,22 г, Жиры - 29,75/37,11 г, Углеводы - 90,96/114,98 г, Калорийность - 643,57/809,91 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Булочка домашняя</b> Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность -	пор	
200/200	<b>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 - 17,9/24,06 г, Жиры - 17,76/24,14 г, Углеводы - 87,03/125,85 г, Калорийность - 579,06/816,09 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>62,22/72,33</b>	
1580/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 67,17/81,7 г, Жиры - 68,22/82,44 г, Углеводы - 277,41/349,51 г, Калорийность - 1837,2/2289,67 ккал		

Технолог \_\_\_\_\_ ( Т.В. Богомолова )

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



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

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 4 Пестова Л. М.

**Меню**

пятница

" 02 " февраля 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет/12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
150/20	<b>Запеканка творожная с молоком сгущенным</b>	пор	
180/20	Пищевая ценность: Белки - 25,07/29,84 г, Жиры - 14,58/18,01 г, Углеводы - 36,46/39,84 г, Калорийность - 382,42/446,9 ккал		
200/200	<b>Какао с молоком</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 3,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,182 г, Калорийность - 117,43 ккал		
40/40	<b>Батон</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал		
120/120	<b>Фрукт (яблоко)</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал		
530/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 32,23/37,002 г, Жиры - 18,57/21,988 г, Углеводы - 84,80/88,179 г, Калорийность - 644,25/708,731 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>82,96/96,46</b>	
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Кукуруза порционнo</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 1,72/2,87 г, Жиры - 0,36/0,6г, Углеводы - 5,94/9,90 г, Калорийность - 34,68/57,8 ккал		
200/250	<b>Суп крестьянский с пшеном на курином бульоне</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 4,61/5,08 г, Жиры - 2,44/3,03 г, Углеводы - 13,28/16,6 г, Калорийность - 81,16/98,75 ккал		
90/100	<b>Котлеты рубленые из мяса птицы</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 17,21/18,94 г, Жиры - 15,77/16,86 г, Углеводы - 11,28/15,40, Калорийность - 256,84/279,98 ккал		
150/180	<b>Картофельное пюре</b>	пор	
	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		
180/180	<b>Компот из абрикосов и яблок</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,234 г, Жиры - 0,0 г, Углеводы - 18,26 г, Калорийность - 74,6 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 - 31,86/37,43 г, Жиры - 23,63/26,87 г, Углеводы - 101,17/126,98 г, Калорийность - 735,66/878,41 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>124,44/144,67</b>	
<b>Полдник</b>			
100/150	<b>Пирожок с картофельной начинкой</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность -		
200/200	<b>Чай с сахаром</b>	пор	
	Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,1 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал		
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 8,82/13,15 г, Жиры - 10,82/16,21 г, Углеводы - 64,74/91,0 г, Калорийность - 374,11/534,57 ккал		
<b>Стоимость</b>		<b>62,22/72,33</b>	
1570/1800	Пищевая ценность дня: Белки - 72,91/87,62 г, Жиры - 53,01/65,07 г, Углеводы - 250,71/306,16 г, Калорийность - 1754,02/2121,71 ккал		

Технолог

(Т. В. Богомолова)

Зав. производством

(Хрушкова Л. Н.)