

Общество с ограниченной  
ответственностью  
"Межрегиональная



**Меню 15.06.2023г**

Четверг - 1

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

*При приготовлении блюд не применяются: пищевые добавки, биологически активные добавки, продукты переработанные из сырья с применением гено-модифицированных организмов*

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. ИЗМ.	Цена
<b>Завтрак</b>			
10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,10 ккал	пор	
15	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 3,92 г, Углеводы - 0,00 г, Калорийность - 51,60 ккал	пор	
150/200	Омлет натуральный 6-10 Пищевая ценность: Белки - 25,72 г, Жиры - 27,35 г, Углеводы - 4,57 г, Калорийность - 367,58 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 34,24 г, Жиры - 36,76 г, Углеводы - 6,07 г, Калорийность - 492,40 ккал	пор	
200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,20 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,80 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 24,60 г, Калорийность - 117,50 ккал	пор	
100	Фрукт "яблоко" Пищевая ценность: Белки - 0,4 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 525/575 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 37,20 г, Жиры - 41,83 г, Углеводы - 61,17 г, Калорийность - 774,15 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 45,62 г, Жиры - 51,23 г, Углеводы - 62,67 г, Калорийность - 898,97 ккал		
<b>Обед</b>			
60/100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,57 г, Жиры - 3,09 г, Углеводы - 4,45 г, Калорийность - 36,19 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 0,94 г, Жиры - 5,15 г, Углеводы - 7,41 г, Калорийность - 60,32 ккал	пор	
196/4 246/4	Борщ из свежей капусты со сметаной 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,21 г, Жиры - 4,74 г, Углеводы - 12,32 г, Калорийность - 94,08 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 4,63 г, Жиры - 5,94 г, Углеводы - 15,33 г, Калорийность - 115,09 ккал	пор	
90/100	Котлета рубленая из мяса птицы 6-10 Пищевая ценность: Белки - 17,21 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 11,28 г, Калорийность - 256,84 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 19,25 г, Жиры - 17,13 г, Углеводы - 12,94 г, Калорийность - 284,12 ккал	пор	
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 рассыпчатая 6-10 Пищевая ценность: Белки - 8,63 г, Жиры - 8,45 г, Углеводы - 38,93 г, Калорийность - 262,32 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 10,41 г, Жиры - 9,96 г, Углеводы - 46,95 г, Калорийность - 318,66 ккал	пор	
180	Сок в ассортименте Пищевая ценность: Белки - 0,99 г, Жиры - 0,18 г, Углеводы - 21,96 г, Калорийность - 91,80 ккал	пор	
50	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 4,25 г, Жиры - 1,65 г, Углеводы - 24,15 г, Калорийность - 129,50 ккал	пор	
20	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 1,52 г, Жиры - 0,16 г, Углеводы - 9,84 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 780/910 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 37,87 г, Жиры - 34,42 г, Углеводы - 125,63 г, Калорийность - 934,60 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 42,48 г, Жиры - 40,95 г, Углеводы - 141,29 г, Калорийность - 1063,36 ккал		
ИТОГО: 1485/1305 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 74,97 г, Жиры - 76,24 г, Углеводы - 186,80 г, Калорийность - 1708,75 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 88,09 г, Жиры - 92,19 г, Углеводы - 203,96 г, Калорийность - 1962,33 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>264,38</b>

Цены указаны с учетом НДС

ИО руководителя филиала ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания" (Петрова Елена Михайловна)

Технолог \_\_\_\_\_

Заведующая производством \_\_\_\_\_

