

Общество с ограниченной  
ответственностью  
"Межрегиональная



## Меню 20.06.2023г

Вторник - 2

Лагерь 6-10 лет/ 11-18 лет

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

Выход 6-10 лет 11-18 лет	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
90/30 100/30	Тертели мясные с томатным соусом 6-10 Пищевая ценность: Белки - 11,84 г, Жиры - 16,66 г, Углеводы - 25,06 г, Калорийность - 240,04 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 13,19 г, Жиры - 16,25 г, Углеводы - 25,85 г, Калорийность - 241,97 ккал	пор	
150 180	Каша гречневая вязкая 6-10 Пищевая ценность: Белки - 4,70 г, Жиры - 4,12 г, Углеводы - 21,18 г, Калорийность - 140,40 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 5,59 г, Жиры - 5,08 г, Углеводы - 25,19 г, Калорийность - 168,57 ккал	пор	
196/4	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 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 - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 9,80 г, Калорийность - 47,00 ккал	пор	
ИТОГО: 620/660 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 20,97 г, Жиры - 21,63 г, Углеводы - 93,80 г, Калорийность - 599,69 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 23,22 г, Жиры - 22,18 г, Углеводы - 98,60 г, Калорийность - 629,79 ккал		
<b>Обед</b>			
60/100	Салат из белокочанной капусты 6-10 Пищевая ценность: Белки - 0,85 г, Жиры - 3,05 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 1,44 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 14,49 г, Калорийность - 88,21 ккал	пор	
200 250	Суп картофельный с горохом 6-10 Пищевая ценность: Белки - 7,70 г, Жиры - 5,55 г, Углеводы - 17,65 г, Калорийность - 136,72 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 8,87 г, Жиры - 5,66 г, Углеводы - 22,14 г, Калорийность - 156,98 ккал	пор	
90/100	Цыпленок запеченный 6-10 Пищевая ценность: Белки - 22,35 г, Жиры - 24,33 г, Углеводы - 0,34 г, Калорийность - 308,56 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 24,84 г, Жиры - 27,03 г, Углеводы - 0,38 г, Калорийность - 343,30 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре 6-10 Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал 11-18 Пищевая ценность: Белки - 3,90 г, Жиры - 4,75 г, Углеводы - 27,82 г, Калорийность - 169,69 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: 750/880 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 40,91 г, Жиры - 38,75 г, Углеводы - 104,64 г, Калорийность - 907,17 ккал 11-18 Пищевая ценность : Белки - 45,82 г, Жиры - 44,52 г, Углеводы - 120,78 г, Калорийность - 1026,49 ккал		
ИТОГО: 1370/1540 г	6-10 Пищевая ценность : Белки - 61,88 г, Жиры - 60,39 г, Углеводы - 198,44 г, Калорийность - 1506,86 ккал 11-18 Пищевая ценность обеда: Белки - 69,03 г, Жиры - 66,71 г, Углеводы - 219,38 г, Калорийность - 1656,28 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 \_\_\_\_\_

