



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено: _____
 Генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 2, понедельник

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Стоимость, руб.
Завтрак			
10/10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	79,00/91,87
200/250	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 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	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 2,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
570/620	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		

Обед			
60/100	Помидоры свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,1 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 2,28/3,8 г, Калорийность - 14,4/24,00	пор	118,52 / 137,78
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность -	пор	
90/100	Котлета домашняя Пищевая ценность: Белки - 8,53/9,48 г, Жиры - 9,7/10,51 г, Углеводы - 15,43/17,77 г, Калорийность -	пор	
150/180	Каша рисовая рассыпчатая Пищевая ценность: Белки - 4,008/4,84 г, Жиры - 4,28/5,29 г, Углеводы - 33,07/39,94 г, Калорийность -	пор	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 22,77/27,03 г, Жиры - 20,87/24,38 г, Углеводы - 107,95/131,44 г, Калорийность - 687,53/825,86 ккал		

Полдник			
100/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,82 /13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность -	пор	59,27/68,88
200/200	Чай с сахаром 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 - 9,03/13,45 г, Жиры - 10,75/16,10 г, Углеводы - 62,08/87,02 г, Калорийность - 364,14/519,61 ккал		

ИТОГО: 1640/1890	Пищевая ценность дня: Белки - 44,16/55,08 г, Жиры - 46,88/57,53 г, Углеводы - 259,12/319,4 г, Калорийность - 1598,35/1964,69 ккал		
Технолог	_____ (<u>Т. В. Богомолова</u> Т.В.)		

Зав. производством _____ (_____)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю: _____
 Генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано: _____

Директор _____
 неделя 2, вторник

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Помидоры свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,33 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 1,14 г, Калорийность - 7,2 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,7/10,40 г, Углеводы - 38,84/48,84 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
50/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,8 г, Жиры - 0,055 г, Углеводы - 24,6 г, Калорийность - 117,5 ккал	пор	
50/50	Печенье сахарное Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88220 ккал	пор	
530/580	Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,35/33,52 г, Жиры - 15,9/18,60 г, Углеводы - 112,39/122,39 г, Калорийность - 690,43/771,90 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,05/5,09 г, Углеводы - 7,54 г, Калорийность - 53,01/88,21	пор	
200/250	Суп гороховый Пищевая ценность: Белки - 7,7/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность -	пор	
90/100	Шницель Пищевая ценность: Белки - 13,46/15,57 г, Жиры - 13,51/15,91 г, Углеводы - 13,47/16,94 г, Калорийность -	пор	
30/30	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 вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность -	пор	
180/180	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 12,04 г, Калорийность - 49,40 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 32,23/35,92 г, Жиры - 28,29/34,21 г, Углеводы - 103,84/132,51 г, Калорийность - 775,42/953,21 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность -	пор	
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 16,15/21,56 г, Жиры - 18,68/27,64 г, Углеводы - 77,31/119,26 г, Калорийность - 541,56/811,39 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1600/1850	Пищевая ценность дня: Белки - 76,72/93,68 г, Жиры - 62,87/80,46 г, Углеводы - 293,53/374,17 г, Калорийность - 2007,42/2536,51 ккал		

Технолог

_____ (*Тогова*)

Богомолова Т.В.

Зав. производством _____ ()

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "МКК" Т.В. Богомолова

Согласовано: _____

Директор _____
Меню
неделя 2, среда

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
20/20	Сыр порционнo Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,2 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200/250	Каша рисовая молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,44/6,85 г, Жиры - 5,65/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,28 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
530/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 16,68/18,09 г, Жиры - 11,64/13,07 г, Углеводы - 88,84/98,4 г, Калорийность - 528,41/585,27 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54/0,9 г, Жиры - 0,09/0,15 г, Углеводы - 1,71/2,85 г, Калорийность - 10,5/17,5	пор	
200/250	Рассольник московский Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09г, Жиры - 4,12/5,33 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность -	пор	
120/130	Биточки мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 14,08/15,6 г, Жиры - 18,57/19,8 г, Углеводы -17,58/19,77 г, Калорийность -	пор	
150/180	Рожки отварные Пищевая ценность: Белки - 6,41/7,74 г, Жиры - 3,65/4,54 г, Углеводы - 40,94/49,41 г, Калорийность -	пор	
180/180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15 г, Калорийность - 49,40 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,67/35,92 г, Жиры - 27,82/31,61 г, Углеводы - 119,41/144,23 г, Калорийность - 836,76/988,79 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки -8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 8,21/12,21 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,72 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 55,57/66,24 г, Жиры - 50,27/60,86 г, Углеводы - 272,37/332,29/ г, Калорийность - 1752,05/2127,79 ккал		
1600/1850			

Технолог _____

Богомолова Т.В.

(Богомолова Т.В.

Зав. производством _____

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "МКС" Иванов



Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 2, четверг

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
30/30	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/100	Котлета рубленая из птицы Пищевая ценность: Белки - 17,21/19,24 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность - 224,23/281,09 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,24/3,9 г, Жиры - 3,83/27,81 г, Углеводы - 23,15/27,81 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 23,91/26,59 г, Жиры - 20,0/22,27 г, Углеводы - 67,72/74,05 г, Калорийность - 547,71/604,5 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом Пищевая ценность: Белки - 0,56/0,94 г, Жиры - 3,09/5,15 г, Углеводы - 4,44/7,41 г, Калорийность -	пор	
200/250	Суп куриный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,18/4,55 г, Жиры - 2,31/3,36 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность -	пор	
200/250	Плов из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 20,08/25,25 г, Жиры - 7,7/10,39 г, Углеводы - 38,84/48,85 г, Калорийность -	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,9 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 29,71/37,24 г, Жиры - 14,35/20,57 г, Углеводы - 97,97/123,86 г, Калорийность - 600,45/775,71 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 8,21/12,21 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,72 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 66,12/82,49 г, Жиры - 47,16/62,04 г, Углеводы - 257,37/327,41 г, Калорийность - 1675,61/2144,68 ккал		

Технолог

Томашев (

Богомолова Т.В.

Зав. производством _____ (

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено

Согласовано: _____

Генеральный директор ООО МКК Т.В. Фионов

Директор _____

Меню

неделя 2, пятница

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
170/200	Запеканка творожная с молоком сгущенным Пищевая ценность: Белки - 25,07/29,84 г, Жиры - 14,58/18,01 г, Углеводы - 36,46/39,84 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
530/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 28,58/33,36 г, Жиры - 15,52/18,94 г, Углеводы - 79,78/83,16 г, Калорийность - 581,57/646,05 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Огурцы свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,42/0,7 г, Жиры - 0,06/0,1 г, Углеводы - 1,14/1,9 г, Калорийность - 6,6/11,00 ккал	пор	
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность -	пор	
180/200	Пельмени с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 0,16/0,16 г, Жиры - 14,5 г, Углеводы - 0,26, Калорийность - 132,2 ккал	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
700/830	Пищевая ценность обеда: Белки - 9,87/12,16 г, Жиры - 20,59/22,24 г, Углеводы - 56,13/69,65 г, Калорийность - 435,83/510,64 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность -	пор	
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,72/14,05 г, Жиры - 10,97/16,36 г, Углеводы - 76,09/102,36 г, Калорийность - 422,72 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1530/1740	Пищевая ценность дня: Белки - 48,16/59,57 г, Жиры - 47,08/57,54 г, Углеводы - 212,01/255,17 г, Калорийность - 1440,12/1739,87 ккал		

Технолог



(Богомолова Т.В.

Зав. производством _____

(

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

Согласовано: _____

Генеральный директор ООО "МКК" Т.В. Богомолова

Директор _____

Меню

неделя 2, суббота

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200/250	Каша рисовая молочная с маслом Пищевая ценность: Белки - 5,44/6,85 г, Жиры - 5,65/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,28 г, Калорийность -		
200/200	Кофейный напиток с молоком Пищевая ценность: Белки - 3,2 г, Жиры - 2,51 г, Углеводы - 22,07 г, Калорийность - 124,37 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал		
50/50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,64 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
530/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 15,43/16,83 г, Жиры - 23,51/24,93 г, Углеводы - 112,97/122,53 г, Калорийность - 722,7/779,56 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Помидоры свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,66/1,1 г, Жиры - 0,12/0,2 г, Углеводы - 2,28/3,8 г, Калорийность - 14,4/24,00	пор	
200/250	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,31/4,78 г, Жиры - 4,77/5,98 г, Углеводы - 11,89/15,14 г, Калорийность -	пор	
90/100	Котлета рубленая из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,73 г, Жиры - 15,26 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75	пор	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал		
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность -		
180/180	Компот ассорти Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,054 г, Углеводы - 12,55 г, Калорийность - 57,24 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 28,91/33,86 г, Жиры - 24,61/28,5 г, Углеводы - 95,29/116,17 г, Калорийность - 700,51/834,52 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 / 15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность - 436,56/706,39 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 10,75/16,16 г, Жиры - 13,73/22,69 г, Углеводы - 80,96/122,91 г, Калорийность - 489,95/759,78 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
итого: 1570/18200	Пищевая ценность дня: Белки - 55,01/66,85 г, Жиры - 61,85/76,12 г, Углеводы - 289,22/361,62 г, Калорийность - 1913,17/2373,86 ккал		

Технолог _____ (

Богомолова Т.В.

Зав. производством _____ (

)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

Согласовано: _____

Генеральный директор

Директор _____

Меню

неделя 1, понедельник

"_____" "_____" 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
180/200	Рожки отварные с сыром Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,59 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,236 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/50	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04/3,8 г, Жиры - 0,32/0,4 г, Углеводы - 19,68/24,6 г, Калорийность - 94,00/117,5	пор	
120/120	Фрукт (яблоко) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
540/570	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,45/19,76 г, Жиры - 11,85/13,53 г, Углеводы - 90,49/100,36 г, Калорийность - 543,9/607,99 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Помидоры свежие порционно Пищевая ценность: Белки - 0,66 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 2,28 г, Калорийность - 14,4 ккал	пор	
200	Щи из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 43,14 г, Жиры - 4,77 г, Углеводы - 11,89 г, Калорийность - 93,18 ккал	пор	
200/250	Плов из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,94/17,53 г, Жиры - 28,42/36,46 г, Углеводы - 38,58/48,51 г, Калорийность -	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,054 г, Жиры - 0,018 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 23,8/29,91 г, Жиры - 34,57/44,3 г, Углеводы - 94,89/119,35 г, Калорийность - 759,79/964,06 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с яблоком Пищевая ценность: Белки - 8,01/12,01 г, Жиры - 10,74/16,13 г, Углеводы - 51,07/76,6 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал		
Стоимость			59,27/68,88

ИТОГО	Пищевая ценность дня: Белки - 49,4661,89/ г, Жиры - 57,22/74,01 г, Углеводы - 249,49/309,37 г, Калорийность -		
1540/1780	1690,56/2125,78 ккал		

Технолог

Т.В. Богомалова (

Богомалова Т.В.

Зав. производством _____ (

)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:
Генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Богомалова

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 1, вторник

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
50/50	Печенье Пищевая ценность: Белки - 3,9 г, Жиры - 7,69 г, Углеводы - 34,65 г, Калорийность - 220 ккал	пор	
200/250	Каша рисовая молочная с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,28 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
50/50	Батон Пищевая ценность: Белки - 3,5 г, Жиры - 0,5 г, Углеводы - 23 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 13,05/14,45 г, Жиры - 13,89/15,32 г, Углеводы - 108,41/117,97 г, Калорийность - 607,62/664,48 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой Пищевая ценность: Белки - 1,25/2,02 г, Жиры - 4,11/7,18 г, Углеводы - 7,96/13,24 г, Калорийность -	пор	
200/250	Суп гороховый Пищевая ценность: Белки - 7,7/8,87 г, Жиры - 5,55/5,66 г, Углеводы - 17,65/22,14 г, Калорийность -	пор	
90/100	Котлета рубленая из мяса птицы Пищевая ценность: Белки - 17,21/19,24 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94 г, Калорийность -	пор	
30/30	Соус томатный Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83/4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность -	пор	
180/180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,236 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность - 77,7/105,6 ккал	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 34,97/41,2 г, Жиры - 31,32/37,18 г, Углеводы - 104,17/130,01 г, Калорийность - 824,19/1002,85 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с капустой и луком Пищевая ценность: Белки - 8,82 /13,26 г, Жиры - 10,69/16,05 г, Углеводы - 49,04/73,98 г, Калорийность -	пор	
200/200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 9,93/14,36 г, Жиры - 10,89/16,25 г, Углеводы - 73,44/98,38 г, Калорийность - 412,75/568,22 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО:	Пищевая ценность дня: Белки - 57,94/70,01 г, Жиры - 56,11/68,76 г, Углеводы - 286,02/346,36 г, Калорийность -		
1570/1820	1844,56/2235,54 ккал		

Технолог

Богомалова Т.В.

(Богомалова Т.В.

Зав. производством _____ (

)



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 1, среда

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
120/130	Тефтели мясные с томатным соусом Пищевая ценность: Белки - 13,02/14,54 г, Жиры - 13,14/12,25 г, Углеводы - 25,16/25,96 г, Калорийность - 213,63/211,89 ккал	пор	
150/180	Каша гречневая вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,7/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,41/68,57 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94,00 ккал	пор	
510/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 20,95/23,36 г, Жиры - 17,64/17,7 г, Углеводы - 79,06/83,87 г, Калорийность - 501,42/527,85 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54/0,9 г, Жиры - 0,09/0,15 г, Углеводы - 1,71/2,85 г, Калорийность - 10,5/17,5	пор	
200/250	Борщ из свежей капусты со сметаной Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,62 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,31/15,32 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
200/250	Жаркое по-домашнему Пищевая ценность: Белки - 17,68/22,09 г, Жиры - 6,74/8,43 г, Углеводы - 27,51/34,39 г, Калорийность - 218,03/272,54 ккал	пор	
180/180	Компот из свежих яблок Пищевая ценность: Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 15,5 г, Калорийность - 64,8 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный 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	Хлеб пшеничный 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	Пищевая ценность обеда: Белки - 27,4/34,21 г, Жиры - 12,95/16,31 г, Углеводы - 86,29/107,07 г, Калорийность - 535,62/667,53 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,76/19,14 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	
200/200	Чай с сахаром 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 - 12,5/18,65 г, Жиры - 12,81/19,19 г, Углеводы - 90,67/129,49 г, Калорийность - 527,45/764,48 ккал		
Стоимость			59,27/68,88

ИТОГО: 1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 60,85/76,22 г, Жиры - 43,4/53,19 г, Углеводы - 256,02/320,43 г, Калорийность - 1564,48/1959,86 ккал		
----------------------------	---	--	--

Технолог _____ (

Т.В. Богомалова

Богомалова Т.В.

Зав. производством _____ (

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено

Генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 1, четверг

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
Завтрак			
10/10	Масло порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
150/200	Омлет натуральный Пищевая ценность: Белки - 25,72/34,23 г, Жиры - 27,35/36,76 г, Углеводы - 4,57/6,07 г, Калорийность -	пор	
200/200	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
120/120	Фрукт (яблоки) Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
520/570	Пищевая ценность завтрака: Белки - 29,55/38,07 г, Жиры - 35,46/44,86 г, Углеводы - 49,3/50,8 г, Калорийность - 638,83/763,65 ккал		
Стоимость			79,00/91,87

Обед			
60/100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом Пищевая ценность: Белки - 0,57/0,94 г, Жиры - 3,09/5,15 г, Углеводы - 4,45/7,41 г, Калорийность -	пор	
200/250	Рассольник Московский Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,13/5,33 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность -	пор	
200/250	Рагу овощное из птицы Пищевая ценность: Белки - 19,29/23,97 г, Жиры - 6,8/8,24 г, Углеводы - 24,47/30,35 г, Калорийность - 213,09/262,92 ккал	пор	
180/180	Компот из сухофруктов Пищевая ценность: Белки - 0,05 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 12,89 г, Калорийность - 51,98 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 29,4/36,51 г, Жиры - 15,27/20,38 г, Углеводы - 85,49/107,35 г, Калорийность - 555,55/702,99 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Крендель сахарный Пищевая ценность: Белки - 10,55 /15,96 г, Жиры - 13,68/22,64 г, Углеводы - 67,91/109,86 г, Калорийность -	пор	
200/200	Кисломолочный напиток "Снежок" Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 16,15/21,56 г, Жиры - 18,68/27,64 г, Углеводы - 77,31/119,26 г, Калорийность - 541,56/811,39 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1520/1780	Пищевая ценность дня: Белки - 75,1/96,14 г, Жиры - 69,4/92,88 г, Углеводы - 212,1/277,41 г, Калорийность - 1735,94/2278,03 ккал		

Технолог

Т. В. Фионов (

Богомолова Т.В.

Зав. производством _____ (

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждено

Генеральный директор ООО "МКК" В. Фионов

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 1, пятница

_____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
20/20	Сыр порционно Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200/250	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным Пищевая ценность: Белки - 5,83/7,29 г, Жиры - 6,71/8,2 г, Углеводы - 33,77/42,43 г, Калорийность -	пор	
200	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,07/18,53 г, Жиры - 12,7/14,19 г, Углеводы - 84,89/93,55 г, Калорийность - 523,66/577,76 ккал		
Стоимость			79,00 / 91,87

Обед			
60/100	Салат из белокочанной капусты Пищевая ценность: Белки - 0,85/1,44 г, Жиры - 3,06/5,09 г, Углеводы - 7,54/14,49 г, Калорийность - 53,01/88,21 ккал	пор	
200/250	Суп куриный с вермишелью Пищевая ценность: Белки - 4,18/4,55 г, Жиры - 2,31/3,36 г, Углеводы - 12,54/15,71 г, Калорийность - 73,09/93,34 ккал	пор	
90/100	Котлета рубленая из мяса Пищевая ценность: Белки - 13,73/15,26 г, Жиры - 13,53/14,77 г, Углеводы - 15,44/17,78 г, Калорийность - 230,23/254,75 ккал	пор	
30/30	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 вязкая Пищевая ценность: Белки - 4,69/5,58 г, Жиры - 4,12/5,08 г, Углеводы - 21,18/25,19 г, Калорийность - 140,40/168,57 ккал	пор	
180/180	Чай с сахаром Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 12,05 г, Калорийность - 49,4 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный 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 - 28,97/33,97 г, Жиры - 25,09/30,78 г, Углеводы - 100,7/126,92 г, Калорийность - 711,19/868,73 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Пирожок с картофельной начинкой Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность - 320,72/481,18 ккал	пор	
200	Чай с сахаром 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 - 8,82/13,15 г, Жиры - 10,82/16,21 г, Углеводы - 64,74/91,0 г, Калорийность - 374,11 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1270/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 46,04/65,66 г, Жиры - 37,79/61,18 г, Углеводы - 185,59/311,48 г, Калорийность - 1234,85/1981,06 ккал		

Технолог

_____ (

Богомолова Т.В.

Зав. производством _____ (

)

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ММК" Т. В. Богомолова

Согласовано: _____

Директор _____

Меню

неделя 1, суббота

" _____ " _____ 2023 г.

Возрастная группа 7-11 лет / 12 лет и старше



Выход	Название	Ед. изм.	Цена
Завтрак			
10/10	Масло сливочное порционно Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
210/260	Вареники с творогом Пищевая ценность: Белки - 0,08 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 0,13 г, Калорийность - 66,1 ккал	пор	
200/200	Какао с молоком Пищевая ценность: Белки - 03,88 г, Жиры - 3,1 г, Углеводы - 18,18 г, Калорийность - 117,43 ккал	пор	
40/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
40/40	Батон Пищевая ценность: Белки - 0,482,8 г, Жиры - 0,4 г, Углеводы - 18,4 г, Калорийность - 88 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 9,88 г, Жиры - 18,32 г, Углеводы - 56,52 г, Калорийность - 431,63 ккал		
Стоимость			79,00 / 91,87

Обед			
60/100	Нарезка овощная Пищевая ценность: Белки - 0,54 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,71 г, Калорийность - 10,5 ккал	пор	
200/250	Суп из рыбных консервов Пищевая ценность: Белки - 5,11 г, Жиры - 7,47 г, Углеводы - 17,24 г, Калорийность - 139,23 ккал	пор	
90/100	Гуляш из мяса Пищевая ценность: Белки - 15,1 г, Жиры - 14,97 г, Углеводы - 7,35 г, Калорийность - 205,72 ккал	пор	
150/180	Картофельное пюре Пищевая ценность: Белки - 3,25 г, Жиры - 3,83 г, Углеводы - 23,15 г, Калорийность - 140,18 ккал	пор	
180	Чай с лимоном Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
30/40	Хлеб ржано-пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,55/3,4 г, Жиры - 0,99/1,32 г, Углеводы - 14,49/19,32 г, Калорийность -	пор	
30/40	Хлеб пшеничный Пищевая ценность: Белки - 2,28/3,04 г, Жиры - 0,24/0,32 г, Углеводы - 14,76/19,68 г, Калорийность -	пор	
740/890	Пищевая ценность обеда: Белки - 29,07/32,75 г, Жиры - 27,64/31,13 г, Углеводы - 90,86/110,52 г, Калорийность - 694,59/818,51 ккал		
Стоимость			118,52 / 137,78

Полдник			
100/150	Булочка домашняя Пищевая ценность: Белки - 12,3/18,45 г, Жиры - 12,75/19,13 г, Углеводы - 77,63/116,45 г, Калорийность - 474,06/711,09 ккал	пор	
200	Сок Пищевая ценность: Белки - 1,1 г, Жиры - 0,2 г, Углеводы - 24,4 г, Калорийность - 102 ккал	пор	
300/350	Пищевая ценность полдника: Белки - 13,4/19,55 г, Жиры - 12,95/19,33 г, Углеводы - 102,03/140,85 г, Калорийность - 576,06/813,09 ккал		
Стоимость			59,27/68,88
ИТОГО: 1540/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 52,35/62,19 г, Жиры - 58,92/68,79 г, Углеводы - 249,41/307,9 г, Калорийность - 1702,28/2063,23 ккал		

Технолог _____

(Богомолова Т.В.)

Зав. производством _____

()