



Утверждено  
 генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов



ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано  
 Директор МБ(А)ОУ

**Меню**

неделя 1, понедельник

д.з. 10 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
50/50	<b>Яйцо отварное</b> Пищевая ценность: Белки - 12,7 г, Жиры - 11,5 г, Углеводы - 0,7 г, Калорийность - 157 ккал	пор	
200/250	<b>Каша рисовая молочная с маслом сливочным</b> Пищевая ценность: Белки - 5,45/6,85 г, Жиры - 5,66/7,08 г, Углеводы - 37,72/47,29 г, Калорийность - 224,23/281,09 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	
40/50	<b>Батон</b> 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 ккал	пор	
500/550	Пищевая ценность завтрака: Белки - 21,85/23,25 г, Жиры - 17,71/19,13 г, Углеводы - 74,47/84,03 г, Калорийность - 544,62/601,48 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00/91,87</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Огурцы свежие в нарезке</b> 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	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 15,43/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
90/100	<b>Гуляш из птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 16,46/18,19 г, Жиры - 6,35/5,98 г, Углеводы - 6,68/8,09 г, Калорийность - 133,08/141,81 ккал	пор	
150/180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83 /4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
180/180	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 12,16 г, Калорийность - 50,76 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 - 29,51/34,25 г, Жиры - 16,3/19,01 г, Углеводы - 84,28/104,11 г, Калорийность - 572,0/686,36 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</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	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 - 8,21/12,22 г, Жиры - 10,8/16,18 г, Углеводы - 64,11/89,65 г, Калорийность - 386,87/553,73 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68/88</b>
<b>ИТОГО</b>			
1540/1790	Пищевая ценность дня: Белки - 59,57/69,72 г, Жиры - 44,8/54,33 г, Углеводы - 222,85/277,8 г, Калорийность - 1543,5/1841,57 ккал		

Технолог Томаш ( )  
 Зав. производством Зюльцова ( )



*[Handwritten signature]*

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано: *[Handwritten signature]*  
Директор

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

**Меню**

неделя 1, вторник  
24.10.2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
180/200	<b>Рожки отварные с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 13,69/15,25 г, Жиры - 10,99/12,59 г, Углеводы - 45,89/50,84 г, Калорийность - 338,75/379,34 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	<b>Хле пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
120/120	<b>Фрукт (яблоки)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
540/560	Пищевая ценность завтрака: Белки - 17,44/19,01 г, Жиры - 11,85/13,45 г, Углеводы - 90,5/95,44 г, Калорийность - 543,9/584,49 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00/91,87</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из свеклы с сыром</b> Пищевая ценность: Белки - 2,2/3,66 г, Жиры - 4,46/7,43 г, Углеводы - 4,66/7,77 г, Калорийность - 67,81/113,01 ккал	пор	
200/250	<b>Рассольник Московский</b> Пищевая ценность: Белки - 4,66/5,09 г, Жиры - 4,13/5,34 г, Углеводы - 14,43/17,69 г, Калорийность - 106,08/130,16 ккал	пор	
90/100	<b>Котлета рубленая 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	
30/30	<b>Соус томатный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 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	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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 30,65/36,59 г, Жиры - 28,27/35,05 г, Углеводы - 100,56/123,03 г, Калорийность - 761,56/932,94 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</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	
200/200	<b>Сок</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 - 9,93/14,36 г, Жиры - 10,89/16,25 г, Углеводы - 73,44/98,38 г, Калорийность - 412,75/568,22 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68/88</b>
1610/1830	Пищевая ценность дня: Белки - 58,03/69,96 г, Жиры - 51,02/64,76 г, Углеводы - 264,5/316,86 г, Калорийность - 1718,22/2085,65 ккал		

Технолог \_\_\_\_\_ ( )

Зав. производством \_\_\_\_\_ ( )





*[Handwritten signature]*

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Согласовано:

Директор

генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Меню

неделя 1, среда

25.11.2023 г. Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход, г	Название	Ед. изм.	Цена, руб
<b>Завтрак</b>			
30/30	<b>Огурцы свежие порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 0,21 г, Жиры - 0,03 г, Углеводы - 0,57 г, Калорийность - 3,3 ккал	пор	
90/100	<b>Котлеты рубленные из мяса птицы</b> Пищевая ценность: Белки - 17,24/19,25 г, Жиры - 15,77/17,13 г, Углеводы - 11,28/12,94, Калорийность - 256,84/284,12 ккал	пор	
150/180	<b>Картофельное пюре</b> Пищевая ценность: Белки - 3,25/3,9 г, Жиры - 3,83 /4,74 г, Углеводы - 23,15/27,82 г, Калорийность - 140,18/169,69 ккал	пор	
200/200	<b>Чай с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> 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 - 23,91/26,6 г, Жиры - 20,0/22,28 г, Углеводы - 67,73/74,05 г, Калорийность - 547,71/604,5 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00/91,87</b>

<b>Обед</b>			
60/100	<b>Винегрет овощной</b> Пищевая ценность: Белки - 0,92/1,56 г, Жиры - 4,1/7,18 г, Углеводы - 6,2/10,52 г, Калорийность - 58,87/101,43 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 - 73,09/93,3 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 - 452,02/574,98 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	
700/860	Пищевая ценность обеда: Белки - 24,02/30,23 г, Жиры - 36,22/48,79 г, Углеводы - 102,07/129,26 г, Калорийность - 796,99/1032,16 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</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 - 474,06/711,09 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 - 12,5/18,65 г, Жиры - 12,81/19,19 г, Углеводы - 90,67/129,49 г, Калорийность - 527,45/764,48 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68,88</b>

<b>ИТОГО:</b>			
1510/1760	Пищевая ценность дня: Белки - 60,43/75,48 г, Жиры - 69,03/90,26 г, Углеводы - 260,47/332,8 г, Калорийность - 1872,14/2401,13 ккал		

Технолог

Зав. производством

*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

)

)



*[Handwritten signature]*

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"



Утверждено: \_\_\_\_\_  
 генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор

**Меню**

неделя 1, четверг

- 26 - 10 2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 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	
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 -	пор	
200/200	<b>Чай с лимоном</b> Пищевая ценность: Белки - 0,24 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 13,16 г, Калорийность - 54,75 ккал	пор	
40/40	<b>Хлеб пшеничный</b> Пищевая ценность: Белки - 3,04 г, Жиры - 0,32 г, Углеводы - 19,68 г, Калорийность - 94 ккал	пор	
120/120	<b>Фрукт (яблоки)</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,48 г, Углеводы - 11,76 г, Калорийность - 56,4 ккал	пор	
<b>520/570</b>	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>79,00/91,87</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Огурцы свежие в нарезке</b> 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	<b>Борщ из свежей капусты со сметаной</b> Пищевая ценность: Белки - 4,21/4,63 г, Жиры - 4,74/5,94 г, Углеводы - 12,32/15,33 г, Калорийность - 94,08/115,09 ккал	пор	
200/250	<b>Жаркое по-домашнему</b> Пищевая ценность: Белки - 17,68/22,1 г, Жиры - 6,74/8,43 г, Углеводы - 27,51/34,39 г, Калорийность - 218,03/272,54 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	
<b>700/860</b>	<b>Пищевая ценность обеда: Белки - 27,19/33,92 г, Жиры - 12,8/16,13 г, Углеводы - 83,11/103,51 г, Калорийность - 518,9/648,22 ккал</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</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>Кисломолочный напиток "Снежок"</b> Пищевая ценность: Белки - 5,6 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - г, Калорийность - 105,00 ккал	пор	
<b>300/350</b>	<b>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</b>		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68/88</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>Пищевая ценность дня: Белки - 72,9/93,55 г, Жиры - 66,94/88,63 г, Углеводы - 209,72/273,58 г, Калорийность - 1699,29/2223,26 ккал</b>		

Технолог

*[Handwritten signature]*

(

)

Зав. производством

*[Handwritten signature]*

(

)





*[Handwritten signature]*

ООО "Межрегиональная кейтеринговая компания"

Согласовано:

Директор



генеральный директор ООО "МКК" Т. В. Фионов

Меню

неделя 1, пятница

27.10.2023 г.

Возрастная группа 6-10 лет/11 лет и старше

Выход	Название	Ед. изм.	Цена
<b>Завтрак</b>			
20/20	<b>Сыр порционно</b> Пищевая ценность: Белки - 5,2 г, Жиры - 5,22 г, Углеводы - 0 г, Калорийность - 68,8 ккал	пор	
200/250	<b>Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным</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 с сахаром</b> Пищевая ценность: Белки - 0,2 г, Жиры - 0,051 г, Углеводы - 13,04 г, Калорийность - 53,39 ккал	пор	
40/40	<b>Вафли</b> Пищевая ценность: Белки - 1,8 г, Жиры - 8,8 г, Углеводы - 28,0 г, Калорийность - 88,0 ккал	пор	
40/40	<b>Батон</b> 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 - 15,83/17,29 г, Жиры - 21,18/22,67 г, Углеводы - 93,21/101,87 г, Калорийность - 517,66/571,76 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>118,52/137,78</b>
<b>Обед</b>			
60/100	<b>Салат из белокочанной капусты</b> 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	<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	
90/100	<b>Котлета рубленая из мяса птицы</b> 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	<b>Соус томатный</b> Пищевая ценность: Белки - 0,49 г, Жиры - 0,78 г, Углеводы - 2,71 г, Калорийность - 16,86 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 плодов шиповника</b> Пищевая ценность: Белки - 0,48 г, Жиры - 0,2 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	
770/920	Пищевая ценность обеда: Белки - 37,97/44,71 г, Жиры - 30,23/35,04 г, Углеводы - 126,11/157,44 г, Калорийность - 913,78/1093,09 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68,88</b>
100/150	<b>Пирожок с картофельной начинкой</b> Пищевая ценность: Белки - 8,62/12,95 г, Жиры - 10,77/16,16 г, Углеводы - 51,69/77,96 г, Калорийность - 320,72/481,18 ккал	пор	
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 - 8,82/13,15 г, Жиры - 10,82/16,21 г, Углеводы - 64,74/91,0 г, Калорийность - 374,11 ккал		
<b>Стоимость</b>			<b>59,27/68,88</b>
<b>ИТОГО:</b>			
1570/1820	Пищевая ценность дня: Белки - 62,63/75,15 г, Жиры - 62,23/73,93 г, Углеводы - 284,07/350,31 г, Калорийность - 1805,55/2199,41 ккал		

Технолог *[Handwritten signature]* )

Зав. производством *[Handwritten signature]* )