

Общество с ограниченной ответственностью
"Межрегиональная кейтеринговая компания"
Руководитель филиала г. Владивосток

О.В. Контарев

Директор

Согласовано



**Меню
Вторник - 1**

Дата:

Наименование (ккал)	с 7 до 11 лет	с 11 лет и старше
	Выход	Выход

Завтрак

Блинчики с повидлом	(6-2,5ж-2,у-25 ккал-127,6-5,3ж-4,2у-51,5 ккал-262,2)	60	120
Каша молочная "Дружба"	(6-5,8ж-6,7у-33,8 ккал-219,5/6-7,3ж-8,2у-42,4 ккал-273,6)	200	250
Чай с лимоном	(6-0,2ж-0,1у-13,2 ккал-54,7)	200	200
Батон	(6-2,5ж-0,7у-16,5 ккал-82,5/6-1,9ж-0,6у-12,3 ккал-61,9)	40	30

Завтрак (2 вариант)

Блинчики с повидлом	(6-2,5ж-2,у-25 ккал-127,6-5,3ж-4,2у-51,5 ккал-262,2)	60	120
Каша гречневая молочная	(6-7,7ж-7,3у-30,5 ккал-219,6/6-9,7ж-9,2у-38,1 ккал-274,5)	200	250
Чай с лимоном	(6-0,2ж-0,1у-13,2 ккал-54,7)	200	200
Батон	(6-2,5ж-0,7у-16,5 ккал-82,5/6-1,9ж-0,6у-12,3 ккал-61,9)	40	30

Обед

Салат из белокочанной капусты	(6-0,9ж-3,1у-5,9 ккал-55/6-1,4ж-5,1у-10,2 ккал-93,4)	60	100
Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	(6-4,4ж-5,2у-11,1 ккал-107,9/6-4,7ж-5,9у-12,4 ккал-121)	220	250
Рыба запеченная	(6-19,7ж-17,4у-3,5 ккал-213,5/6-21,9ж-18,8у-4,2 ккал-233,7)	90	100
Картофель отварной	(6-3,2ж-7,6у-25,7 ккал-184,4/6-3,8ж-9,3у-30,9 ккал-222,8)	150	180
Компот из сухофруктов	(6-0,1ж-0,у-14 ккал-56,4/6-0,1ж-0,у-14 ккал-56,4)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4у-8,2 ккал-41,3/6-1,9ж-0,6у-12,3 ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1,у-14,5 ккал-77,7/6-3,4ж-1,3у-19,3 ккал-103,6)	30	40

Обед (2 вариант)

Салат из белокочанной капусты	(6-0,9ж-3,1у-5,9 ккал-55/6-1,4ж-5,1у-10,2 ккал-93,4)	60	100
Борщ из свежей капусты со сметаной на бульоне	(6-4,4ж-5,2у-11,1 ккал-107,9/6-4,7ж-5,9у-12,4 ккал-121)	220	250
Котлета рубленая из мяса (п/ф)	(6-12,2ж-7,7у-11,7 ккал-191,3/6-12,2ж-7,7у-11,7 ккал-191,3)	90	100
Рожки отварные с овощами	(6-5,3ж-3,9у-33,6 ккал-191,2/6-6,3ж-4,7у-40,3 ккал-229,4)	150	180
Компот из сухофруктов	(6-0,1ж-0,у-14 ккал-56,4/6-0,1ж-0,у-14 ккал-56,4)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4у-8,2 ккал-41,3/6-1,9ж-0,6у-12,3 ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1,у-14,5 ккал-77,7/6-3,4ж-1,3у-19,3 ккал-103,6)	30	40

Полдник

Котлета рыбная (п/ф)	(6-12,4ж-5,9у-10,8 ккал-145/6-12,4ж-5,9у-10,8 ккал-145)	90	100
Рис отварной	(6-3,7ж-3,4у-39,3 ккал-202,9/6-4,4ж-3,5у-45,9 ккал-232,9)	150	180
Сыр (порциями)	(6-3,9ж-3,9у-0 ккал-51,6/6-3,9ж-3,9у-0 ккал-51,6)	15	15
Сок	(6-1,1ж-0,2у-24,4 ккал-102)	200	200
Батон	(6-1,9ж-0,6у-12,3 ккал-61,9)	30	30

Полдник ГПД

Ватрушка с повидлом	(6-7,6ж-4,3у-65,1 ккал-324,2)	100	
Компот из сухофруктов	(6-0,1ж-0,у-14 ккал-56,4)	200	

Промежуточное питание

Молоко	(6-5,8ж-5,у-9,6 ккал-108)	200	
--------	---------------------------	-----	--