

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

О.В. Контарев

Директор

Согласовано



**Меню
 Четверг - 1**

Дата:

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

Завтрак

Запеканка творожная с рисом	(6-21ж-9,3г-30,4ккал-292,3/6-27,9ж-12,4г-40,6ккал-389,7)	150	200
Соус молочный сладкий	(6-0,6ж-1,4г-4,1ккал-31,1)	30	30
Напиток из плодов шиповника	(6-0,5ж-0,2г-21,4ккал-98,6)	200	200
Фрукт	(6-0,4ж-0,4г-9,8ккал-47)	100	100
Батон	(6-3,2ж-0,9г-20,6ккал-103,2)	50	50

Завтрак (2 вариант)

Омлет натуральный	(6-25,7ж-27,4г-4,6ккал-367,6/6-42,8ж-45,9г-7,6ккал-615,5)	150	250
Напиток из плодов шиповника	(6-0,5ж-0,2г-21,4ккал-98,6)	200	200
Фрукт	(6-0,4ж-0,4г-9,8ккал-47)	100	100
Батон	(6-3,2ж-0,9г-20,6ккал-103,2)	50	50

Обед

Салат из свеклы отварной	(6-0,9ж-3,1г-5,1ккал-51,3/6-1,4ж-5,1г-8,4ккал-85,3)	60	100
Суп гороховый на бульоне	(6-8,2ж-6,1г-16,6ккал-153,2/6-8,9ж-6,9г-18,9ккал-172,6)	220	250
Рыба, тушеная в томате с овощами	(6-13ж-13,3г-1,5ккал-153,2/6-15,1ж-14,6г-1,5ккал-170,1)	90	100
Картофель отварной	(6-3,2ж-7,6г-25,7ккал-184,4/6-3,8ж-9,3г-30,9ккал-222,8)	150	180
Компот из свежих яблок	(6-0,2ж-0,2г-16,9ккал-70,7)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4г-8,2ккал-41,3/6-1,9ж-0,6г-12,3ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1г-14,5ккал-77,7/6-3,4ж-1,3г-19,3ккал-103,6)	30	40

Обед (2 вариант)

Салат из свеклы отварной	(6-0,9ж-3,1г-5,1ккал-51,3/6-1,4ж-5,1г-8,4ккал-85,3)	60	100
Суп гороховый на бульоне	(6-8,2ж-6,1г-16,6ккал-153,2/6-8,9ж-6,9г-18,9ккал-172,6)	220	250
Плов из мяса птицы	(6-19,8ж-22,3г-46,6ккал-452/6-23,1ж-26,г-54,4ккал-527,3)	240	280
Компот из свежих яблок	(6-0,2ж-0,2г-16,9ккал-70,7)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4г-8,2ккал-41,3/6-1,9ж-0,6г-12,3ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1г-14,5ккал-77,7/6-3,4ж-1,3г-19,3ккал-103,6)	30	40

Полдник

Котлета рыбная (п/ф)	(6-12,4ж-5,9г-10,8ккал-145/6-12,4ж-5,9г-10,8ккал-145)	90	100
Рожки отварные	(6-7,7ж-4,5г-49,4ккал-269,7)	180	180
Чай с сахаром	(6-0,2ж-0,1г-13ккал-53,4)	200	200
Сыр (порциями)	(6-3,9ж-3,9г-0ккал-51,6/6-3,9ж-3,9г-0ккал-51,6)	15	15
Батон	(6-1,9ж-0,6г-12,3ккал-61,9)	30	30

Полдник ГПД

Пирожок с картофельной начинкой,	(6-8,4ж-10,7г-48,5ккал-323,8)	100	
Сок	(6-1,1ж-0,2г-24,4ккал-102)	200	

Промежуточное питание

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