

Общество с ограниченной ответственностью  
"Межрегиональная кейтеринговая компания"

Руководитель филиала г. Владивосток

О.В. Контарев

Директор

Согласовано



**Меню  
Понедельник - 2**

Дата:

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

**Завтрак**

Масло (порциями)	(6-0,1ж-7,3у-0,1ккал-66,1)	10	10
Рожки отварные с сыром	(6-13,7ж-11у-45,9ккал-338,6/6-15,3ж-12,6у-50,8ккал-379,3)	180	200
Напиток из плодов шиповника	(6-0,5ж-0,2у-21,4ккал-98,6)	200	200
Фрукт	(6-0,4ж-0,4у-9,8ккал-47)	100	100
Батон	(6-1,9ж-0,6у-12,3ккал-61,9/6-2,5ж-0,7у-16,5ккал-82,5)	30	40

**Завтрак (2 вариант)**

Масло (порциями)	(6-0,1ж-7,3у-0,1ккал-66,1)	10	10
Каша молочная "Дружба"	(6-5,8ж-6,7у-33,8ккал-219,5/6-7,3ж-8,2у-42,4ккал-273,6)	200	250
Напиток из плодов шиповника	(6-0,5ж-0,2у-21,4ккал-98,6)	200	200
Фрукт	(6-0,4ж-0,4у-9,8ккал-47)	100	100
Батон	(6-1,9ж-0,6у-12,3ккал-61,9/6-2,5ж-0,7у-16,5ккал-82,5)	30	40

**Обед**

Икра овощная	(6-1,3ж-5,4у-5,4ккал-81,6/6-1,7ж-9у-9,2ккал-136)	60	100
Суп из овощей	(6-4,3ж-4,7у-9,8ккал-98,4/6-4,6ж-5,3у-11,1ккал-110,4)	220	250
Котлета рубленая из мяса (п/ф)	(6-12,2ж-7,7у-11,7ккал-191,3/6-12,2ж-7,7у-11,7ккал-191,3)	90	100
Рис отварной	(6-3,7ж-3,4у-39,3ккал-202,9/6-4,4ж-3,5у-45,9ккал-232,9)	150	180
Компот из сухофруктов	(6-0,1ж-0у-14ккал-56,4/6-0,1ж-0у-14ккал-56,4)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4у-8,2ккал-41,3/6-1,9ж-0,6у-12,3ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1у-14,5ккал-77,7/6-3,4ж-1,3у-19,3ккал-103,6)	30	40

**Обед (2 вариант)**

Икра овощная	(6-1,3ж-5,4у-5,4ккал-81,6/6-1,7ж-9у-9,2ккал-136)	60	100
Суп из овощей	(6-4,3ж-4,7у-9,8ккал-98,4/6-4,6ж-5,3у-11,1ккал-110,4)	220	250
Гуляш из мяса (свинина)	(6-10,2ж-26,7у-3,4ккал-293,7/6-11,3ж-29,7у-3,7ккал-326,4)	90	100
Каша гречневая рассыпчатая	(6-8,6ж-8у-38,9ккал-262,3/6-10,4ж-10у-47ккал-318,7)	150	180
Компот из сухофруктов	(6-0,1ж-0у-14ккал-56,4/6-0,1ж-0у-14ккал-56,4)	200	200
Батон	(6-1,3ж-0,4у-8,2ккал-41,3/6-1,9ж-0,6у-12,3ккал-61,9)	20	30
Хлеб ржано-пшеничный	(6-2,6ж-1у-14,5ккал-77,7/6-3,4ж-1,3у-19,3ккал-103,6)	30	40

**Полдник**

Тефтели мясные с томатным соусом	(6-9,8ж-11,4у-23ккал-233,3/6-10,2ж-11,7у-24ккал-242,2)	120	130
Картофельное пюре	(6-3,2ж-3,8у-23,4ккал-141,6/6-3,9ж-4,7у-28,2ккал-171,4)	150	180
Чай с лимоном	(6-0,2ж-0,1у-13,2ккал-54,7)	200	200
Сыр (порциями)	(6-3,9ж-3,9у-0ккал-51,6/6-3,9ж-3,9у-0ккал-51,6)	15	15
Батон	(6-1,9ж-0,6у-12,3ккал-61,9)	30	30

**Полдник ГПД**

Крендель сахарный	(6-10,2ж-13,6у-67,9ккал-434,5)	100	
Чай с лимоном	(6-0,2ж-0,1у-13,2ккал-54,7)	200	

**Промежуточное питание**

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