Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп" ИНН/КПП 1326203167/132601001 Республика Мордовия, г.Саранск

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 03 июня 2025г. (1 неделя – вторник) Столовая школы № 41

п/п	№ рецеп	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб
		Завтрак (ст. кл.)		
1	1	Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры – 3,6 г, углеводы – 4,62 г, калорийность –96 ккал	10/30	
2	213	Омлет с морковью с маслом сливочным пищевая ценность: белки -10,9 г, жиры – 18 г, углеводы – 16,3 г, калорийность – 158 ккал	90/2	
3	172	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным пищевая ценность: белки -5,4 г, жиры – 4,8 г, углеводы – 28,5 г, калорийность – 189 ккал	250/5	
4	376	Чай с сахаром пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 83 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры – 0,4 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 63,6 ккал	20	
		Итого за завтрак: белки-19,97, жиры-26,8, углеводы-83,84, калорийность-589,6	602	
		Обед (ст. кл.)		
1	30	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры – 2,76 г, углеводы – 5,46 г, калорийность – 76 ккал	100	
2	88	Щи из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной пищевая ценность: белки -1,28 г, жиры – 3,94 г, углеводы – 19,2 г, калорийность – 137 ккал	250/15/10	
3	251	Поджарка из мяса пищевая ценность: белки -19,3 г, жиры – 13,5 г, углеводы – 9,55 г, калорийность – 180 ккал	100	
4	304	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,8 г, жиры – 6,11 г, углеводы – 41,4 г, калорийность – 195 ккал	180	
5	345	Компот из свежих плодов пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 133 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры – 0,6 г, углеводы – 20,6 г, калорийность – 102,6 ккал	20/20	
		Итого за обед: белки-29,17, жиры-26,91, углеводы-118,03, калорийность-823,6	885	
		Полдник ст.. кл.)		
1		Батончик Чио-рио пищевая ценность: белки -2,1 г, жиры –3,5 г, углеводы – 22,3 г, калорийность – 205 ккал	30	
2	386	Снежок 2,5% пищевая ценность: белки -6,2 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 118 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 6,3 г, калорийность – 31,5 ккал	50/50	
		Итого за полдник: белки-9,5, жиры-6,2углеводы-50,42калорийность-354,5	350	
		Итого за день: белки-58,64, жиры-59,91, углеводы-252,29, калорийность-1767,7	1837	**256-50**

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Начальник лагеря
Старший повар