ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 05 июня 2025г. (1 неделя – четверг) Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецеп	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		
1	1	Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -0,96 г, жиры – 2,94 г, углеводы – 6,6 г, калорийность – 112 ккал	10/30	
2	175	Каша молочная манная с маслом сливочным пищевая ценность: белки -12,8 г, жиры – 12,48 г, углеводы – 2,4 г, калорийность – 193 ккал	200/5	
3	379	Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры – 0 г, углеводы – 35,26 г, калорийность – 123,3 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки – 2,4 г, жиры – 0,4 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 63,6 ккал	10/10	
5	338	Фрукт свежий мандарин (поштучно) пищевая ценность: белки - 3,12 г, жиры – 5,1 г, углеводы – 18,57 г, калорийность – 98 ккал	1шт	
		Итого за завтрак: белки-19,96, жиры-20,92, углеводы-75,43, калорийность-589,9	615	
		Обед (нач. кл.)		
1	20	Салат из свежих огурцов с маслом растительным пищевая ценность: белки -0,72 г, жиры – 3,6 г, углеводы – 9,84 г, калорийность – 74,4 ккал	60	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры – 3,92 г, углеводы – 22,16 г, калорийность - 128 ккал	200/15/10	
3	285	Пельмени отварные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -21 г, жиры –19 г, углеводы – 59 г, калорийность – 425,5 ккал	190/3	
4	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 93 ккал	200	
5		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-26,98, жиры-27,12, углеводы-126,6, калорийность-823,5	717	
		Полдник (нач. кл.)		
1		Батончик Джет пищевая ценность: белки -3,5 г, жиры – 5,6 г, углеводы – 22,4 г, калорийность – 182 ккал	42	
2	377	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -4,6 г, жиры – 5 г, углеводы – 7,6 г, калорийность – 85 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры – 0,6 г, углеводы – 20,6 г, калорийность – 102,6 ккал	50	
		Итого за полдник: белки-11,8, жиры-11,2, углеводы-50,6, калорийность-369,6	300	
		Итого за день: белки-58,74, жиры-59,24, углеводы-252,63, калорийность-1783	1632	**217-85**

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Начальник лагеря
Старший повар