

п/п	№	Наименование	Выход, гр	Цена, руб.
Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп"				
ИНН/КПП 1326034571 Республика Мордовия, Саранск				
Завтрак (нач. кл.)				
		Вутерброд с маслом сливочным	10/30	
		пищевая ценность: белки – 3,6 г, жиры – 4,62 г, углеводы – 96 ккал		
2	213	Омлет с морковью с маслом сливочным	90/2	
		пищевая ценность: белки – 10,9 г, жиры – 18 г, углеводы – 16,3 г, калорийность – 158 ккал		
3	172	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/5	
		пищевая ценность: белки – 5,4 г, жиры – 4,8 г, углеводы – 28,5 г, калорийность – 189 ккал		
4	376	Чай с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки – 0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 83 ккал		
5		Хлеб пшеничный/ржаной	20	
		пищевая ценность: белки – 2,4 г, жиры – 0,4 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 63,6 ккал		
		Итого за завтрак: белки-19,97, жиры-26,8, углеводы-83,84, калорийность-589,6	557	
Обед (нач. кл.)				
1	30	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	60	
		пищевая ценность: белки – 1,02 г, жиры – 2,76 г, углеводы – 5,46 г, калорийность – 76 ккал		
2	88	Щи из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной	200/15/10	
		пищевая ценность: белки – 1,28 г, жиры – 3,94 г, углеводы – 19,2 г, калорийность – 137 ккал		
3	251	Поджарка из мяса	90	
		пищевая ценность: белки – 19,3 г, жиры – 13,5 г, углеводы – 9,55 г, калорийность – 180 ккал		
4	304	Картофельное пюре	150	
		пищевая ценность: белки – 3,8 г, жиры – 6,11 г, углеводы – 41,4 г, калорийность – 195 ккал		
5	345	Компот из свежих плодов	200	
		пищевая ценность: белки – 0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 133 ккал		
6		Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	
		пищевая ценность: белки – 3,7 г, жиры – 0,6 г, углеводы – 20,6 г, калорийность – 102,6 ккал		
		Итого за обед: белки-29,17, жиры-26,91, углеводы-118,03, калорийность-823,6	795	
Полдник (нач. кл.)				
1		Батончик Чио-рио	30	
		пищевая ценность: белки – 2,1 г, жиры – 3,5 г, углеводы – 22,3 г, калорийность – 205 ккал		
2	386	Снежок 2,5%	200	
		пищевая ценность: белки – 6,2 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 118 ккал		
3		Хлеб пшеничный	50	
		пищевая ценность: белки – 1,2 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 6,3 г, калорийность – 31,5 ккал		
		Итого за полдник: белки-9,5, жиры-6,2, углеводы-50,42, калорийность-354,5	300	
		Итого за день: белки-58,64, жиры-59,91, углеводы-252,29, калорийность-1767,7	1652	217-85

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Начальник лагеря
Старший повар

