

МЕНЮ на 19 июня 2025г. (1 неделя – четверг) Столовая школы №

Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп»		Наименование		Выход, гр	Цена, руб.
ИНН/КПП 1326203167/1326010011 Республика Мордовия, г.Саранск		Завтрак (ст. кл.)			
2	175	Бульбурд с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 0,96 г, жиры - 2,94 г, углеводы - 6,6 г, калорийность - 112 ккал		10/30	
3	379	Каша молочная манная с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 12,8 г, жиры - 12,48 г, углеводы - 2,4 г, калорийность - 193 ккал		250/5	
4		Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки - 0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал		200	
5	338	Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал		10/10	
		Фрукт свежий апельсин (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		710	
		Обед (ст. 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		100	
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		250/15/10	
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 - 9,3 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		807	
		Полдник (ст. 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	
		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки - 3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал		50/50	
		Итого за полдник: белки-11,8, жиры-11,2, углеводы-50,6, калорийность-369,6		350	
		Итого за день: белки-58,74, жиры-59,24, углеводы-252,63, калорийность-1783		1867	256-50

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулянт

Начальник лагеря
Старший повар

