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

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 20 июня 2025г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецер	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
		Завтрак (ст. кл.)		
1		Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки -5,3 г, жиры – 3 г, углеводы – 13,8 г, калорийность – 86,4 ккал	15/30	
2	175	Тефтели мясные в соусе пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры – 20,3 г, углеводы – 20 г, калорийность – 180 ккал	100/50	
3	412	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,06 г, жиры –4,8 г, углеводы – 19 г, калорийность – 137,3 ккал	180	
4	379	Какао с молоком пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 18 г, калорийность – 139 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры – 0,4 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 63,6 ккал	10/10	
		Итого за завтрак: белки-24,4, жиры-28,56, углеводы-83,4, калорийность-606,3	775	
		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 – 8,9 г, калорийность – 75 ккал	100	
2	82	Суп картофельный с горохом с птицей пищевая ценность: белки -11,06 г, жиры – 4,28 г, углеводы – 19,08 г, калорийность – 195 ккал	250/15	
3	285	Котлета рыбная с маслом сливочным пищевая ценность: белки -10,56 г, жиры –14,88 г, углеводы – 29 г, калорийность – 212,8 ккал	100/3	
4	426	Капуста тушеная пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры – 4,01 г, углеводы – 20,1 г, калорийность – 128 ккал	180	
5	349	Компот из свежих плодов пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 110 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-29,52, жиры-26,53, углеводы-119,5, калорийность-823,4		
		Полдник (ст. кл.)		
1	211	Ватрушка с повидлом пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры – 3,8 г, углеводы – 19 г, калорийность – 205 ккал	75	
2	377	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 18 г, калорийность – 85 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный/ржаной пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры – 0,4 г, углеводы – 12,6 г, калорийность –63,6 ккал	50/25	
		Итого за полдник: белки-4,94, жиры-4,26, углеводы-49,6, калорийность-353,6	350	
		Итого за день: белки-58,86, жиры-59,35, углеводы-252,5, калорийность-1783,3	1833	**256-50**

Директор ООО "Феникс Групп"
Калькулятор

Начальник лагеря
Старший повар