

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 02 февраля 2024г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 41

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

| № п/п | Наименование | Выход, гр | Цена, руб |
|---|--|-----------|-----------|
| Завтрак (нач. кл.) | | | |
| | Винегрет овощной пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры - 3 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал | 60 | 67-00 |
| 2 | Плов из птицы пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры - 16,3 г, углеводы - 29,35 г, калорийность - 325 ккал | 90/150 | |
| 3 | Чай с сахаром пищевая ценность: белки -2,24 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 28 г, калорийность - 115 ккал | 200 | |
| 4 | Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -2,43 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал | 24/20 | |
| Итого за завтрак: белки-19,25, жиры-19,76, углеводы-83,75, калорийность-590 | | | |
| Итого за завтрак: белки-19,25, жиры-19,76, углеводы-83,75, калорийность-590 | | | |
| Обед (нач. кл.) | | | |
| 1 | Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры - 2,76 г, углеводы - 5,46 г, калорийность - 73 ккал | 60 | 78-00 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,48 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал | 200 | |
| 3 | Биточки из птицы с маслом сливочным пищевая ценность: белки -11,56 г, жиры - 11,88 г, углеводы - 13,58 г, калорийность - 182,8 ккал | 90/2 | |
| 4 | Рагу овощное пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 20,1 г, калорийность - 128,9 ккал | 150 | |
| 5 | Кисель витаминизированный пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал | 200 | |
| 6 | Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал | 24/20 | |
| Итого за обед: белки-23,52, жиры-23,73, углеводы-100,64, калорийность 705,9 | | | |
| Итого за обед: белки-23,52, жиры-23,73, углеводы-100,64, калорийность 705,9 | | | |
| Полдник (нач. кл.) | | | |
| 1 | Сдоба Выборгская пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 5,8 г, углеводы - 16 г, калорийность - 178 ккал | 100 | 22-00 |
| 2 | Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки -5,14 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 18 г, калорийность - 70 ккал | 200 | |
| Итого за полдник: белки-7,54 жиры-8,3, углеводы-34, калорийность-248 | | | |
| Итого за день: белки-50,31, жиры-51,79, углеводы-218,39, калорийность-1543,9 | | | |
| Завтрак (ст. кл.) | | | |
| 1 | Винегрет овощной пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 15 г, калорийность - 118 ккал | 100 | 68-44 |
| 2 | Плов из птицы пищевая ценность: белки -18,2 г, жиры - 17,6 г, углеводы - 37,2 г, калорийность - 345 ккал | 100/180 | |
| 3 | Чай с сахаром пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 31 г, калорийность - 153,4 ккал | 200 | |
| 4 | Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал | 24/20 | |
| Итого за завтрак: белки-22,54 жиры-23,06, углеводы-95,8, калорийность-680 | | | |
| Обед (ст. кл.) | | | |
| 1 | Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами пищевая ценность: белки -1,07 г, жиры - 3,47 г, углеводы - 5,8 г, калорийность - 105 ккал | 100 | 84-90 |
| 2 | Суп картофельный с вермишелью пищевая ценность: белки -5,08 г, жиры - 5,35 г, углеводы - 23,85 г, калорийность - 163,75 ккал | 250 | |
| 3 | Биточки из птицы с маслом сливочным пищевая ценность: белки -14,2 г, жиры - 18 г, углеводы - 38 г, калорийность - 266,2 ккал | 100/3 | |
| 4 | Рагу овощное пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры - 4,81 г, углеводы - 24,12 г, калорийность - 154,62 ккал | 180 | |
| 5 | Кисель витаминизированный пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 160 ккал | 200 | |
| 6 | Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки - 3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал | 24/20 | |
| Итого за обед: белки-31,52, жиры-32,23, углеводы-134,19, калорийность-952,17 | | | |
| Итого за день: белки-54,06, жиры-55,29, углеводы-229,99, калорийность-1632,2 | | | |

Директор ООО «Феникс Групп»
 Калькулятор

Директор школы №
 Старший повар

