

		Наименование	Выход, гр	Цена, руб
Понедельник (2 неделя - вторник) Столовая школы № 41				
1	2	Бутерброд с повидлом пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры -3,6 г, углеводы -6,9 г, калорийность -156 ккал		
2	223	Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -15,4 г, жиры -13,25 г, углеводы -42,5 г, калорийность -253 ккал	20/30	67-00
3	379	Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки -0,25 г, жиры -2,5 г, углеводы -21,82 г, калорийность -115 ккал	200/20	
4		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры -0,4 г, углеводы -12,6 г, калорийность -63,6 ккал	200	
		Итого за завтрак: белки-19,25, жиры-19,75, углеводы-83,82, калорийность-587,6	20/20	
1	45	Салат из свежей капусты пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры -3 г, углеводы -13,8 г, калорийность -86,4 ккал	510	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры -5 г, углеводы -16,5 г, калорийность -109,2 ккал	60	78-00
3	234	Биточки рыбные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -14,3 г, жиры -10,06 г, углеводы -20,13 г, калорийность -185 ккал	200/10	
4	312	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,1 г, жиры -5,1 г, углеводы -15,8 г, калорийность -172 ккал	90/2	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры -0 г, углеводы -15 г, калорийность -60,4 ккал	150	
6		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры -0,6 г, углеводы -20,6 г, калорийность -102,6 ккал	200	
		Итого за обед: белки-23,88, жиры-23,76, углеводы-101,83, калорийность-715,6	24/20	
1	424	Булочка Домашняя пищевая ценность: белки -4,4 г, жиры -5,5 г, углеводы -24 г, калорийность -158 ккал	756	22-00
2	386	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры -2,5 г, углеводы -7,6 г, калорийность -110 ккал	100	
		Итого за полдник: белки-7,1, жиры-8, углеводы-31,6, калорийность-268	200	
		Итого за день: белки-50,23, жиры-51,51, углеводы-217,25, калорийность-1571,2	300	
1	2	Бутерброд с повидлом пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры -2,5 г, углеводы -35 г, калорийность -161 ккал	1566	
2	223	Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры -17,6 г, углеводы -26,4 г, калорийность -330 ккал	20/30	68-44
3	379	Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры -2,5 г, углеводы -21,82 г, калорийность -114 ккал	250/20	
4		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры -0,4 г, углеводы -12,6 г, калорийность -63,6 ккал	200	
		Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-23, углеводы-95,82, калорийность-680	20/20	
1	45	Салат из свежей капусты пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры -5 г, углеводы -23 г, калорийность -55 ккал	560	84-90
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки -2 г, жиры -4,4 г, углеводы -15,2 г, калорийность -136,5 ккал	100	
3	234	Биточки рыбные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -19,4 г, жиры -15 г, углеводы -30,6 г, калорийность -259 ккал	250/10	
4	312	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -4,52 г, жиры -7,23 г, углеводы -29,6 г, калорийность -246,5 ккал	100/3	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры -0 г, углеводы -15 г, калорийность -132 ккал	180	
		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры -0,6 г, углеводы -20,6 г, калорийность -123 ккал	200	
		Итого за обед: белки-31,52, жиры-32,23, углеводы-134, калорийность-952	20/20	
		Итого за день: белки-54,02, жиры-55,23, углеводы-229,82, калорийность-1632	883	
			1443	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы № 41
Старший повар

