

ООО «Феникс Групп»
МЕНЮ на 30 октября 2024г. (среда) Столовая школы № 41

№	Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп»	Наименование	Выход, гр	Цена, руб.
Завтрак (нач. кл.)				
		Икра домашняя (порционно) пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 6 г, углеводы -4,7 г, калорийность - 88 ккал	15/30	
2	173	Каца молочная рисовая с маслом сливочным пищевая ценность: белки -13,12 г, жиры - 17,76 г, углеводы - 13,92 г, калорийность - 268,8 ккал	200/5	
3	212	Омлет натуральный пищевая ценность: белки -1,75 г, жиры - 32,1 г, углеводы - 29,4 г, калорийность - 123,4 ккал	65	
4	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 143,8 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -2 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 4 г, калорийность - 62 ккал	20	
		Итого за завтрак: белки-30,58, жиры-31,6, углеводы-94,86, калорийность-691	535	
Обед (нач. кл.)				
1	24	Икра домашняя (порционно) пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 6 г, углеводы -4,7 г, калорийность - 88 ккал	60	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной пищевая ценность: белки -4,81 г, жиры - 7,28 г, углеводы - 9,91 г, калорийность - 135 ккал	200/15/10	
3	251	Пельмени отварные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -20,55 г, жиры - 3,35 г, углеводы - 5,3 г, калорийность - 260 ккал	170/2	
4	345	Компот из свежих ягод пищевая ценность: белки -0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 32 г, калорийность - 130 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -2,1 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 5,1 г, калорийность - 41 ккал	60	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,9 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 4,5 г, калорийность - 26 ккал	35	
		Итого за обед: белки-35,66, жиры-20,11, углеводы-102,93, калорийность-932	742	
Полдник (нач. кл.)				
1	428	Крендель сахарный пищевая ценность: белки -3,5 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 29,4 г, калорийность - 182 ккал	75	
2	948	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки -5,6 г, жиры - 6,4 г, углеводы - 8,2 г, калорийность - 113 ккал	200	
		Итого за полдник: белки-9,1, жиры-12, углеводы-37,6, калорийность-295	275	
		Итого за день: белки-69,8, жиры-55,5, углеводы-274,6, калорийность-1623	1552	200-54
Завтрак (ст. кл.)				
1	3	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки -3,8 г, жиры - 4 г, углеводы - 0 г, калорийность - 51 ккал	15/30	
2	173	Каца молочная рисовая с маслом сливочным пищевая ценность: белки -13,12 г, жиры - 17,76 г, углеводы - 13,92 г, калорийность - 268,8 ккал	250/5	
3	212	Омлет натуральный пищевая ценность: белки -1,75 г, жиры - 32,1 г, углеводы - 29,4 г, калорийность - 123,4 ккал	65	
4	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 143,8 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -2 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 4 г, калорийность - 62 ккал	20	
		Итого за завтрак: белки-30,58, жиры-31,6, углеводы-94,86, калорийность-691	585	
Обед (ст. кл.)				
1	24	Икра домашняя (порционно) пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 6 г, углеводы -4,7 г, калорийность - 88 ккал	100	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной пищевая ценность: белки -4,81 г, жиры - 7,28 г, углеводы - 9,91 г, калорийность - 135 ккал	250/15/10	
3	251	Пельмени отварные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -20,55 г, жиры - 3,35 г, углеводы - 5,3 г, калорийность - 260 ккал	190/3	
4	345	Компот из свежих ягод пищевая ценность: белки -0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 32 г, калорийность - 130 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -2,1 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 5,1 г, калорийность - 41 ккал	30	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,9 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 4,5 г, калорийность - 26 ккал	30	
		Итого за обед: белки-35,66, жиры-20,11, углеводы-102,93, калорийность-932	742	
Полдник (ст. кл.)				
1	428	Крендель сахарный пищевая ценность: белки -3,5 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 29,4 г, калорийность - 182 ккал	75	
2	948	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки -5,6 г, жиры - 6,4 г, углеводы - 8,2 г, калорийность - 113 ккал	200	
		Итого за полдник: белки-9,1, жиры-12, углеводы-37,6, калорийность-295	275	
		Итого за день: белки-69,8, жиры-55,5, углеводы-274,6, калорийность-1623	1602	235-70

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор



Начальник лагеря
Старший повар

