

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 23 апреля 2024г. (2 неделя – вторник) Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецепта	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп»				
ИНН/КПП 1326203100 Республика Мордовия				
Завтрак (нач. кл.)				
		Бутерброд с повидлом	20/30	
		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	200/20	
		пищевая ценность: белки -15,4 г, жиры - 13,5 г, углеводы - 42,5 г, калорийность - 235 ккал		
3	379	Кофейный напиток с молоком	200	
		пищевая ценность: белки -0,25 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 15,3 г, калорийность - 105 ккал		
4		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
5		Хлеб ржаной	20	
		пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры - 0,22 г, углеводы - 9,88 г, калорийность - 45,98 ккал		
		Итого за завтрак: белки-19,55, жиры-20,11, углеводы-84,24, калорийность-588,74	510	
		Обед (нач. кл.)		78-00
1	70	Огурец соленый порционный	60	
		пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры - 3 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал		
2	82	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	
		пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры - 5,3 г, углеводы - 28 г, калорийность - 155 ккал		
3	234	Биточки из рыбы с маслом	90/2	
		пищевая ценность: белки -18,3 г, жиры - 10,06 г, углеводы - 20,13 г, калорийность - 204 ккал		
4	312	Картофельное пюре	150	
		пищевая ценность: белки -3,1 г, жиры - 9,2 г, углеводы - 15,8 г, калорийность - 172 ккал		
5	349	Компот из сухофруктов	200	
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 90,4 ккал		
6		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
7		Хлеб ржаной	30	
		пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры - 0,33 г, углеводы - 14,82 г, калорийность - 68,97 ккал		
8		Аскорбиновая кислота	0,035	
		пищевая ценность: витамины - 0,035 мг		
		Итого за обед: белки-27,44, жиры-28,09, углеводы-117,21, калорийность-823,53	746	
		Полдник (нач. кл.)		22-00
1	424	Булочка Домашняя	100	
		пищевая ценность: белки -4,4 г, жиры - 5,5 г, углеводы - 24 г, калорийность - 125 ккал		
2	386	Ряженка 2,5%	200	
		пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 110 ккал		
		Итого за полдник: белки-7,1, жиры-8, углеводы-33,6, калорийность-235	300	
		Итого за день: белки-54,09, жиры-56,2, углеводы-235,05, калорийность-1647,3	1556	
		Завтрак (ст. кл.)		68-44
1	2	Бутерброд с повидлом	20/30	
		пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 28,1 г, калорийность - 161 ккал		
2	223	Запеканка творожно-рисовая сг. Мол.	250/20	
		пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры - 17,6 г, углеводы - 26,4 г, калорийность - 313 ккал		
3	379	Кофейный напиток с молоком	200	
		пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 114 ккал		
4		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
5		Хлеб ржаной	20	
		пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры - 0,22 г, углеводы - 9,88 г, калорийность - 45,98 ккал		
		Итого за завтрак: белки-22,8, жиры-23,02, углеводы-95,86, калорийность-680,74	560	
		Обед (ст. кл.)		84-90
1	70	Огурец соленый порционный	100	
		пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 20 г, калорийность - 63 ккал		
2	82	Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	
		пищевая ценность: белки -2,5 г, жиры - 4,5 г, углеводы - 15,2 г, калорийность - 136,5 ккал		
3	234	Котлета рыбная с маслом	100/3	
		пищевая ценность: белки -19,4 г, жиры - 15 г, углеводы - 30,6 г, калорийность - 259 ккал		
4	312	Картофельное пюре	180	
		пищевая ценность: белки -4,52 г, жиры - 7,23 г, углеводы - 29,6 г, калорийность - 246,5 ккал		
5	349	Компот из с/ф	200	
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 132 ккал		
6		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
7		Хлеб ржаной	30	
		пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры - 0,33 г, углеводы - 14,82 г, калорийность - 68,97 ккал		
8		Аскорбиновая кислота	0,035	
		пищевая ценность: витамины - 0,035 мг		
		Итого за обед: белки-31,58, жиры-32,26, углеводы-134,88, калорийность-952,73	882	
		Итого за день: белки-54,38, жиры-56,28, углеводы-230,74, калорийность-1633,47	1442	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы № 41
Старший повар

