

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 28 декабря 2023г. (1 неделя – четверг) Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецепта	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
<p>Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп" ИНН/КПП 13-26-01167/13-26-01001 Республика Мордовия, г.Саранск</p>				
<b>Завтрак (нач. кл.)</b>				
		Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки - 1,1 г, жиры - 4,3 г, углеводы - 1,2 г, калорийность - 103 ккал	15/30	63-72
2	173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 12,8 г, жиры - 12,7 г, углеводы - 35,6 г, калорийность - 273 ккал	200/5	
3	378	Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки - 3,6 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 34,2 г, калорийность - 115,3 ккал	200	
4		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 115 ккал	30/20	
		<b>Итого за завтрак: белки-19,9, жиры-19,9, углеводы-83,6, калорийность-606,3</b>	500	
<b>Обед (нач. кл.)</b>				
		<b>Итого за обед: белки-35, жиры-37,66, углеводы-57,81, калорийность-715,4</b>	784	69-62
1	74	Икра домашняя (порционно) пищевая ценность: белки - 0,72 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 9,84 г, калорийность - 94 ккал	60	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки - 1,46 г, жиры - 3,92 г, углеводы - 12,16 г, калорийность - 89,8 ккал	200/10	
3	268	Биточки мясные с соусом пищевая ценность: белки - 12,9 г, жиры - 13,5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал	90/30	
4	197	Гороховое пюре пищевая ценность: белки - 5,4 г, жиры - 4,8 г, углеводы - 28,5 г, калорийность - 179,3 ккал	150	
5	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки - 0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 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	
		<b>Итого за обед: белки-35, жиры-37,66, углеводы-57,81, калорийность-715,4</b>	784	
<b>Полдник (нач. кл.)</b>				
1	415	Крендель сахарный пищевая ценность: белки - 5,9 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 26,4 г, калорийность - 135 ккал	100	22-00
2	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки - 0,69 г, жиры - 2,7 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 98 ккал	200	
		<b>Итого за полдник: белки-6,59, жиры-8,3, углеводы-34, калорийность-233</b>	300	
		<b>Итого за день: белки-60,47, жиры-56,55, углеводы-229,59, калорийность-1647,9</b>	1584	
<b>Завтрак (ст. кл.)</b>				
		<b>Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-23, углеводы-95,86, калорийность-680</b>	550	68-44
1	3	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки - 3,85 г, жиры - 8 г, углеводы - 23 г, калорийность - 150 ккал	15/30	
2	173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 11,57 г, жиры - 12,1 г, углеводы - 25 г, калорийность - 305 ккал	250/5	
3	378	Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки - 4,68 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123 ккал	200	
4		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 102 ккал	30/20	
		<b>Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-23, углеводы-95,86, калорийность-680</b>	550	
<b>Обед (ст. кл.)</b>				
		<b>Итого за обед: белки-34,79, жиры-29,29, углеводы-115,25, калорийность-811,4</b>	934	74-93
1	74	Икра домашняя (порционно) пищевая ценность: белки - 1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 55 г, калорийность - 130 ккал	100	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки - 10 г, жиры - 6,5 г, углеводы - 25 г, калорийность - 112,25 ккал	250/10	
3	268	Биточки мясные с соусом пищевая ценность: белки - 27 г, жиры - 34,2 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал	100/50	
4	197	Гороховое пюре пищевая ценность: белки - 6,43 г, жиры - 5,81 г, углеводы - 34,29 г, калорийность - 215,28 ккал	180	
5	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки - 0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 90 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	
		<b>Итого за обед: белки-34,79, жиры-29,29, углеводы-115,25, калорийность-811,4</b>	934	
		<b>Итого за день: белки-59,97, жиры-56,55, углеводы-214,59, калорийность-1493,3</b>	1484	

Директор ООО «Феникс Групп»  
Калькулятор



Директор школы № 41  
Старший повар

