

ООО «Феникс Групп»

19 сентября 2023г. (2 неделя – вторник) Столовая школы № 41

Общество с ограниченной ответственностью
 № п/ф № репер
Феникс Групп
 ИНН/КПП 1326203167/132601001
 Республика Мордовия, Саранск

Меню на		Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		63-72
		Бутерброд с повидлом пищевая ценность: белки -2,6 г, жиры - 4,6 г, углеводы - 29,3 г, калорийность - 169 ккал	20/30	
2	223	Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -30,6 г, жиры - 12,6 г, углеводы - 49,5 г, калорийность - 375 ккал	200/20	
3	379	Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки -3,58 г, жиры - 2,68 г, углеводы - 28,34 г, калорийность - 151,8 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
5		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Итого за завтрак: белки-11,08, жиры-16,21, углеводы-96,07, калорийность-552,8			510	
		Обед (нач. кл.)		69-62
1	71	Огурец свежий (порционнo) пищевая ценность: белки -0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,7 г, калорийность - 8 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	234	Биточки рыбные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -10,56 г, жиры - 14,88 г, углеводы - 9,28 г, калорийность - 212,8 ккал	90/2	
4	342	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,12 г, жиры - 5,1 г, углеводы - 18,57 г, калорийность - 132,6 ккал	150	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
7		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24	
Итого за обед: белки-32,36, жиры-34,14, углеводы-124,21, калорийность-787			756	
		Полдник (нач. кл.)		22-00
1	424	Булочка Домашняя пищевая ценность: белки -6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал	100	
2	386	Ряженка 2,5% пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 ккал	200	
Итого за полдник: белки-4, жиры-3,1, углеводы-57,94, калорийность-305,8			300	
Итого за день: белки-47,44, жиры-53,45, углеводы-278,22, калорийность-1645,6			1566	
		Завтрак (ст. кл.)		68-44
1	2	Бутерброд с повидлом пищевая ценность: белки -2,6 г, жиры - 4,6 г, углеводы - 29,3 г, калорийность - 169 ккал	20/30	
2	223	Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -40,8 г, жиры - 16,8 г, углеводы - 66 г, калорийность - 450 ккал	250/20	
3	379	Кофейный напиток с молоком пищевая ценность: белки -3,58 г, жиры - 2,68 г, углеводы - 28,34 г, калорийность - 151,8 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
5		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Итого за завтрак: белки-14,78, жиры-16,81, углеводы-116,67, калорийность-679,4			560	
		Обед (ст. кл.)		74-93
1	71	Огурец свежий (порционнo) пищевая ценность: белки -0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,9 г, калорийность - 12 ккал	100	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки -1,83 г, жиры - 4,9 г, углеводы - 15,2 г, калорийность - 95 ккал	250/10	
3	234	Биточки рыбные с маслом сливочным пищевая ценность: белки -13,2 г, жиры - 18,6 г, углеводы - 11,6 г, калорийность - 266 ккал	100/3	
4	312	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,12 г, жиры - 5,1 г, углеводы - 18,57 г, калорийность - 132,6 ккал	180	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
7		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Итого за обед: белки-32,36, жиры-34,14, углеводы-124,21, калорийность-813,4			883	
Итого за день: белки-47,14, жиры-50,95, углеводы-240,88, калорийность-1492,8			1443	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы № 41
Старший повар

