

## ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на

24 октября 2023г.

(1 неделя – вторник)

Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецепта	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб
<b>Завтрак (нач. кл.)</b>				
				<b>63-72</b>
		Каша молочная Дружба с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 4,6 г, жиры - 8,03 г, углеводы - 27,83 г, калорийность - 214 ккал	200/5	
2	382	Какао с молоком пищевая ценность: белки - 3,58 г, жиры - 2,68 г, углеводы - 28,34 г, калорийность - 151,8 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
4		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
5	428	Сдоба Выборгская пищевая ценность: белки - 5,5 г, жиры - 2,9 г, углеводы - 35,55 г, калорийность - 212 ккал	75	
6		Фрукт свежий яблоко (поштучно) пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 52 ккал	1шт	
		<b>Итого за завтрак: белки-36,58, жиры-15,68, углеводы-104,64, калорийность-642,6</b>	670	
<b>Обед (нач. кл.)</b>				
				<b>69-62</b>
1	71	Огурец свежий (порционно) пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,7 г, калорийность - 8 ккал	60	
2	88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки - 1,28 г, жиры - 3,94 г, углеводы - 9,2 г, калорийность - 87,4 ккал	200/10	
3	392	Пельмени отварные с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 7,4 г, жиры - 9,7 г, углеводы - 11,1 г, калорийность - 161 ккал	150/2	
4	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки - 0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24	
		<b>Итого за обед: белки-21,816, жиры-30,04, углеводы-105,5, калорийность-719</b>	666	
<b>Полдник (нач. кл.)</b>				
				<b>22-00</b>
1	406	Пирожок печеный с капустой и яйцом пищевая ценность: белки - 6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал	75	
2	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки - 1 г, жиры - 0 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 124,8 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	25	
		<b>Итого за полдник: белки-2,7, жиры-0,8, углеводы-37,22, калорийность-284</b>	300	
		<b>Итого за день: белки-61,04, жиры-48,07, углеводы-258,09, калорийность-1605,03</b>	1636	
<b>Завтрак (ст. кл.)</b>				
				<b>68-44</b>
1	428	Сдоба Выборгская пищевая ценность: белки - 5,5 г, жиры - 2,9 г, углеводы - 35,55 г, калорийность - 212 ккал	75	
2	175	Каша молочная Дружба с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 5,5 г, жиры - 9,93 г, углеводы - 30,8 г, калорийность - 202 ккал	250/5	
3	382	Какао 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	
6		Фрукт свежий яблоко (поштучно) пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 52 ккал	1шт	
		<b>Итого за завтрак: белки-36,58, жиры-15,68, углеводы-104,64, калорийность-678</b>	720	
<b>Обед (ст. кл.)</b>				
				<b>74-93</b>
1	71	Огурец свежий (порционно) пищевая ценность: белки - 0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,9 г, калорийность - 12 ккал	100	
2	88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки - 1,6 г, жиры - 4,93 г, углеводы - 11,5 г, калорийность - 96,75 ккал	250/10	
3	392	Пельмени отварные с маслом сливочным пищевая ценность: белки - 7,4 г, жиры - 9,7 г, углеводы - 11,1 г, калорийность - 161 ккал	180/3	
4	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки - 0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	24	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
		<b>Итого за обед: белки-21,81, жиры-31,01, углеводы-105,5, калорийность-814</b>	787	
		<b>Итого за день: белки-60,4, жиры-40,58, углеводы-214,68, калорийность-1503</b>	1507	

Директор ООО «Феникс Групп»  
Калькулятор

Директор школы № 41  
Старший повар