

ООО «Феникс Групп»

27 сентября 2023г. (1 неделя – среда) Столовая школы № 41

| № п/п | № отчета | Наименование | Выход, гр. | Цена, руб |
|--|----------|--|------------|-----------|
| <p>Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп» ИНН/КПП 1326220011 Республика Мордовия, г.Саранск</p> | | | | |
| <p>МЕНЮ на 27 сентября 2023г. (1 неделя – среда) Столовая школы № 41</p> | | | | |
| Завтрак (нач. кл.) | | | | |
| | | Нарезка овощная (свежий огурец, помидор) | 60 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры - 3,66 г, углеводы -2,82 г, калорийность - 46,8 ккал | | |
| 2 | 268 | Шницель мясной с соусом | 90/30 | |
| | | пищевая ценность: белки -12,9 г, жиры - 13,5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал | | |
| 3 | 202 | Рожки отварные | 150 | |
| | | пищевая ценность: белки -5,4 г, жиры - 4,8 г, углеводы - 28,5 г, калорийность - 179,3 ккал | | |
| 4 | 375/376 | Чай с сахаром | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал | | |
| 5 | | Хлеб пшеничный | 20 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал | | |
| 6 | | Хлеб ржаной | 24 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал | | |
| | | Итого за завтрак: белки 25,18, жиры-27,26, углеводы-99,34, калорийность-603,9 | 574 | |
| Обед (нач. кл.) | | | | |
| | | 69-62 | | |
| 1 | 62 | Салат из моркови с сахаром | 60 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,84 г, жиры - 1,56 г, углеводы - 5,16 г, калорийность - 37,8 ккал | | |
| 2 | 102 | Суп картофельный с горохом | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал | | |
| 3 | 251 | Поджарка из мяса | 90 | |
| | | пищевая ценность: белки -25,99 г, жиры - 24,98 г, углеводы - 17,28 г, калорийность - 278 ккал | | |
| 4 | 171 | Каша гречневая | 150 | |
| | | пищевая ценность: белки -6,7 г, жиры - 10,6 г, углеводы - 49,8 г, калорийность - 255 ккал | | |
| 5 | 345 | Компот из свежих ягод | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,2 г, жиры - 0 г, углеводы - 29,74 г, калорийность - 119,8 ккал | | |
| 6 | | Хлеб пшеничный | 30 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал | | |
| 7 | | Хлеб ржаной | 24 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал | | |
| | | Итого за обед: белки-34,79, жиры-29,29, углеводы-115,25, калорийность-739 | 754 | |
| Полдник (нач. кл.) | | | | |
| | | 22-00 | | |
| 1 | 429 | Штоли с изюмом | 75 | |
| | | пищевая ценность: белки -6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал | | |
| 2 | 386 | Ряженка 2,5% | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 ккал | | |
| 3 | | Хлеб пшеничный * | 25 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал | | |
| | | Итого за полдник: белки-0,5, жиры-0, углеводы-15, калорийность-305 | 300 | |
| | | Итого за день: белки-60,47, жиры-56,55, углеводы-229,59, калорийность-1647,9 | 1628 | |
| Завтрак (ст. кл.) | | | | |
| | | 68-44 | | |
| 1 | 71 | Нарезка овощная (свежий огурец, помидор) | 100 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,9 г, жиры - 3,95 г, углеводы -2,89 г, калорийность - 50,4 ккал | | |
| 2 | 268 | Шницель мясной с соусом | 100/50 | |
| | | пищевая ценность: белки -27 г, жиры - 34,2 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал | | |
| 3 | 202 | Рожки отварные | 180 | |
| | | пищевая ценность: белки -6,43 г, жиры - 5,81 г, углеводы - 34,29 г, калорийность - 215,28 ккал | | |
| 4 | 375/376 | Чай с сахаром | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал | | |
| 5 | | Хлеб пшеничный | 20 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал | | |
| 6 | | Хлеб ржаной | 20 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал | | |
| | | Итого за завтрак: белки-25,18, жиры-27,26, углеводы-99,34, калорийность-681,9 | 670 | |
| Обед (ст. кл.) | | | | |
| | | 74-93 | | |
| 1 | 62 | Салат из моркови с сахаром | 100 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,4 г, жиры - 2,6 г, углеводы - 8,6 г, калорийность - 63 ккал | | |
| 2 | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | |
| | | пищевая ценность: белки -5,08 г, жиры - 5,35 г, углеводы - 23,85 г, калорийность - 163,75 ккал | | |
| 3 | 251 | Поджарка из мяса | 100 | |
| | | пищевая ценность: белки -27,6 г, жиры - 34,12 г, углеводы - 26,8 г, калорийность - 292 ккал | | |
| 4 | 171 | Каша гречневая | 180 | |
| | | пищевая ценность: белки -8,04 г, жиры - 12,72 г, углеводы -59,76 г, калорийность - 320 ккал | | |
| 5 | 345 | Компот из свежих ягод | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,2 г, жиры - 0 г, углеводы - 29,74 г, калорийность - 119,8 ккал | | |
| 6 | | Хлеб пшеничный | 20 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал | | |
| 7 | | Хлеб ржаной | 24 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал | | |
| | | Итого за обед: белки-34,79, жиры-29,29, углеводы-115,25, калорийность-811,4 | 874 | |
| | | Итого за день: белки-59,97, жиры-56,55, углеводы-214,59, калорийность-1493,3 | 1544 | |

Директор ООО «Феникс Групп»

Директор школы № 41