

ООО «Феникс Групп»

29 сентября 2023г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 41

№ п/п	№ рецепта	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
<p>Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп» ИНН КПП 1326209511, Республика Мордовия, г. Саранск</p>				
<b>МЕНЮ на</b>				
<b>Завтрак (нач. кл.)</b>				
		Салат «Витаминный 2» (капуста, огурец, помидор свежие, зеленый горошек)	60	
		пищевая ценность: белки -0,96 г, жиры - 3,66 г, углеводы - 6 г, калорийность - 60,6 ккал		
2	291	Плов из птицы	90/150	
		пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры - 20,3 г, углеводы - 38,2 г, калорийность - 420 ккал		
3	380	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	
		пищевая ценность: белки -3,46 г, жиры - 3,5 г, углеводы - 25,9 г, калорийность - 149 ккал		
4		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал		
5		Хлеб ржаной	24	
		пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал		
		<b>Итого за завтрак: белки-27, жиры-31,06, углеводы-93,8, калорийность-586</b>	544	
		<b>Обед (нач. кл.)</b>		<b>69-62</b>
1	71	Помидор свежий (порционно)	60	
		пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 2,3 г, калорийность - 13 ккал		
2	103	Суп картофельный с вермишелью	200	
		пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал		
3	294	Биточки из птицы с маслом сливочным	90/2	
		пищевая ценность: белки -12,96 г, жиры - 19,36 г, углеводы - 12,48 г, калорийность - 226 ккал		
4	143	Рагу овощное	150	
		пищевая ценность: белки -13,2 г, жиры - 7,5 г, углеводы - 43,05 г, калорийность - 292 ккал		
5	948	Кисель витаминизированный	200	
		пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 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		
		<b>Итого за обед: белки-33,71, жиры-32,69, углеводы-115,74, калорийность-851,6</b>	746	
		<b>Полдник (нач. кл.)</b>		<b>22-00</b>
1	428	Сдоба Выборгская	100	
		пищевая ценность: белки -6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал		
2	378	Чай с молоком с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал		
		<b>Итого за полдник: белки-2,54 жиры-3,86, углеводы-62, калорийность-353,4</b>	300	
		<b>Итого за день: белки-63,25, жиры-67,61, углеводы-271,54, калорийность-1791</b>	1590	
		<b>Завтрак (ст. кл.)</b>		<b>68-44</b>
1	49	Салат «Витаминный 2» (капуста, огурец, помидор свежие, зеленый горошек)	100	
		пищевая ценность: белки -1,28 г, жиры - 4,88 г, углеводы - 8 г, калорийность - 80,8 ккал		
2	291	Плов из птицы	100/180	
		пищевая ценность: белки -28,56 г, жиры - 32,85 г, углеводы - 44,61 г, калорийность - 288 ккал		
3	380	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	
		пищевая ценность: белки -3,46 г, жиры - 3,5 г, углеводы - 25,9 г, калорийность - 149 ккал		
4		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал		
5		Хлеб ржаной	24	
		пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал		
		<b>Итого за завтрак: белки-29,05 жиры-33,06, углеводы-95,8, калорийность-646</b>	624	
		<b>Обед (ст. кл.)</b>		<b>74-93</b>
1	71	Помидор свежий (порционно)	100	
		пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 2,3 г, калорийность - 13 ккал		
2	103	Суп картофельный с вермишелью	250	
		пищевая ценность: белки -5,08 г, жиры - 5,35 г, углеводы - 23,85 г, калорийность - 163,75 ккал		
3	294	Биточки из птицы с маслом сливочным	100/3	
		пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры - 24,2 г, углеводы - 15,6 г, калорийность - 346 ккал		
4	143	Рагу овощное	180	
		пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры - 24,2 г, углеводы - 51,66 г, калорийность - 151 ккал		
5	948	Кисель витаминизированный	200	
		пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 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		
		<b>Итого за обед: белки-42,34, жиры-37,33, углеводы-116,04, калорийность-867,8</b>	877	
		<b>Итого за день: белки-71,39, жиры-70,39, углеводы-211,84, калорийность-1513,8</b>	1506	

Директор ООО «Феникс Групп»  
Калькулятор

Директор школы №  
Старший повар

