Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп» ИНН/ПП 1326203167/132601001 Республика Мордовия, «Саранск»

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 27 апреля 2021г. (2 неделя – вторник) Столовая школы № 35 (нач.кл)

№ п/п	№ рецепт	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		**49-63**
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	175	Каша молочная Дружба с маслом сливочным пищевая ценность: белки -4,5 г, жиры – 8,93 г, углеводы – 25,83 г, калорийность – 204 ккал	150/5	
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	40	
5	338	Фрукт свежий апельсин (поштучно) пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры – 0 г, углеводы – 12,6 г, калорийность – 52 ккал	1шт	
		Итого за завтрак: белки-11,08, жиры-16,21, углеводы-96,07, калорийность-552,8	595	
		Обед (нач. кл.)		**55-00**
1	70	Огурец консервированный (порционно) пищевая ценность: белки -0,384 г, жиры – 0,1 г, углеводы – 1,54 г, калорийность – 8,64 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	294	Биточки из птицы с маслом сливочным пищевая ценность: белки -12,96 г, жиры – 19,36 г, углеводы – 12,48 г, калорийность – 226 ккал	80/3	
4	312	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	40	
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-787	763	
		Полдник (нач. кл.)		**22-00**
1	429	Булочка Веснушка пищевая ценность: белки -6 г, жиры – 3,9 г, углеводы – 40,65 г, калорийность – 222 ккал	75	
2	948	Кисель витаминизированный 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	275	
		Итого за день: белки-47,44, жиры-53,45, углеводы-278,22, калорийность-1645,6	1633	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы № 35
Старший повар