

ООО «Феникс Групп»

15 сентября 2022г. (1 неделя – четверг) Столовая школы № 41

Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп"		МЕНЮ на		Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
№ п/п	№ рецепта					
				Завтрак (нач. кл.)		63-72
		Бутерброд с сыром твердым			15/30	
		пищевая ценность: белки - 5,9 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 14,2 г, калорийность - 147 ккал			200/5	
2	173	Каша молочная пшенная с маслом сливочным			200	
		пищевая ценность: белки - 4,5 г, жиры - 8,93 г, углеводы - 25,83 г, калорийность - 204 ккал			20	
3	388	Напиток из шиповника			30	
		пищевая ценность: белки - 0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал			500	
4		Хлеб пшеничный				
		пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал				
5		Хлеб ржаной				
		пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал				
Итого за завтрак: белки-16,42, жиры-13,16, углеводы-76,42, калорийность-606,8						69-62
				Обед (нач. кл.)		
		Огурец свежий (порционно)			60	
1	71	пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,7 г, калорийность - 8 ккал			200/10	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной			240/2	
		пищевая ценность: белки - 1,46 г, жиры - 3,92 г, углеводы - 12,16 г, калорийность - 89,8 ккал			200	
3	285	Макаронник с мясом с маслом сливочным			200	
		пищевая ценность: белки - 29,08 г, жиры - 33,02 г, углеводы - 2,79 г, калорийность - 425,5 ккал			20	
4	375/376	Чай с сахаром			24	
		пищевая ценность: белки - 0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал			756	
5		Хлеб пшеничный				
		пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал				
6		Хлеб ржаной				
		пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал				
Итого за обед: белки-35, жиры-37,66, углеводы-57,81, калорийность-715,4						22-00
				Полдник (нач. кл.)		
1	415	Крендель сахарный			100	
		пищевая ценность: белки - 6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал			200	
2	389	Сок фруктовый			300	
		пищевая ценность: белки - 1 г, жиры - 0 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 124,8 ккал			1556	
Итого за полдник: белки-0,5, жиры-0, углеводы-15, калорийность-305						
Итого за день: белки-60,47, жиры-56,55, углеводы-229,59, калорийность-1647,9						68-11
				Завтрак (ст. кл.)		
		Бутерброд с сыром твердым			15/30	
1	3	пищевая ценность: белки - 5,9 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 14,2 г, калорийность - 147 ккал			250/5	
2	173	Каша молочная пшенная с маслом сливочным			200	
		пищевая ценность: белки - 4,5 г, жиры - 8,93 г, углеводы - 25,83 г, калорийность - 204 ккал			20	
3	388	Напиток из шиповника			30	
		пищевая ценность: белки - 0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал			550	
4		Хлеб пшеничный				
		пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал				
5		Хлеб ржаной				
		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						74-93
				Обед (ст. кл.)		
		Огурец свежий (порционно)			100	
1	71	пищевая ценность: белки - 0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,9 г, калорийность - 12 ккал			250/10	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной			280/2	
		пищевая ценность: белки - 1,83 г, жиры - 4,9 г, углеводы - 15,2 г, калорийность - 95 ккал			200	
3	285	Макаронник с мясом с маслом сливочным			200	
		пищевая ценность: белки - 35,4 г, жиры - 40,2 г, углеводы - 3,4 г, калорийность - 518 ккал			20	
4	375/376	Чай с сахаром			24	
		пищевая ценность: белки - 0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал			886	
5		Хлеб пшеничный			1436	
		пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал				
6		Хлеб ржаной				
		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						
Итого за день: белки-59,97, жиры-56,55, углеводы-214,59, калорийность-1493,3						

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы № 41
Старший повар