ООО «Феникс Групп»

Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп" ИНН/КПП 1326203377/132601001 Республика Мордовия, г.Саранск

МЕНЮ на 23 мая 2022г. (2 неделя – понедельник) Столовая школы № 27

№ п/п	№ рец	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		**54-00**
1	1	Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 24 г, калорийность – 133,4 ккал	10/30	
2	15	Сыр твердый (порционно) пищевая ценность: белки -0,913 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 18,972 г, калорийность – 19,2 ккал	10	
3	212	Омлет, смешанный с колбасой вареной с маслом сливочным пищевая ценность: белки -16,15 г, жиры – 27,23 г, углеводы – 13,58 г, калорийность – 240 ккал	150/2	
4	383	Какао со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры – 3,94 г, углеводы – 26,24 г, калорийность – 155,2 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал	40	
		Итого за завтрак: белки-22, жиры-33,55, углеводы-97,54, калорийность-608	442	
		Обед (нач. кл.)		**59-00**
1	52	Салат из отварной свеклы с маслом растительным пищевая ценность: белки – 1,08 г, жиры – 3,0 г, углеводы – 13,8 г, калорийность – 86,4 ккал	60	
2	96	Рассольник Ленинградский со сметаной пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры – 4,08 г, углеводы – 16,5 г, калорийность – 109,2 ккал	200/10	
3	290	Гуляш из птицы пищевая ценность: белки -20,96 г, жиры – 23,68 г, углеводы – 15,28 г, калорийность – 260 ккал	90/30	
4	304	Рис отварной пищевая ценность: белки -3,8 г, жиры – 6,11 г, углеводы – 41,4 г, калорийность – 235,7 ккал	150	
5	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -1 г, жиры – 0 г, углеводы – 30,2 г, калорийность – 124,8 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-30,71, жиры-37,53, углеводы-107,3, калорийность-725,6	800	
		Полдник (нач. кл.)		**22-00**
1		Батончик шоколадный пищевая ценность: белки -0,8 г, жиры – 21,1 г, углеводы – 0,7 г, калорийность – 152 ккал	30	
2	375/376	Чай с сахаром пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 60,4 ккал	200	
		Итого за полдник: белки-2,54 жиры-3,86, углеводы-62, калорийность-353,4	230	
		Итого за день: белки-55,25, жиры-74,94, углеводы-266,84, калорийность-1687	1472	
		Завтрак (ст. кл.)		**58-00**
1	1	Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 24 г, калорийность – 133,4 ккал	10/30	
2	15	Сыр твердый (порционно) пищевая ценность: белки -0,913 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 18,972 г, калорийность – 19,2 ккал	10	
3	212	Омлет, смешанный с колбасой вареной с маслом сливочным пищевая ценность: белки -18,77 г, жиры – 30,3 г, углеводы – 14,91 г, калорийность – 280 ккал	200/3	
4	383	Какао со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры – 3,94 г, углеводы – 26,24 г, калорийность – 155,2 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал	40	
		Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-39,53, углеводы-107,54, калорийность-677,6	493	
		Обед (ст. кл.)		**63-50**
1	52	Салат из отварной свеклы с маслом растительным пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры – 5,0 г, углеводы – 23 г, калорийность – 144 ккал	100	
2	96	Рассольник Ленинградский со сметаной пищевая ценность: белки -2 г, жиры – 5,1 г, углеводы – 20,63 г, калорийность – 136,5 ккал	250/10	
3	290	Гуляш из птицы пищевая ценность: белки -26,6 г, жиры – 34,2 г, углеводы – 6,8 г, калорийность – 242 ккал	100/50	
4	304	Рис отварной пищевая ценность: белки -4,52 г, жиры – 7,33 г, углеводы – 49,68 г, калорийность – 282 ккал	180	
5	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -1 г, жиры – 0 г, углеводы – 30,2 г, калорийность – 124,8 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-34,71, жиры-39,9, углеводы-109,6, калорийность-815,4	950	
		Итого за день: белки-57,21, жиры-79,43, углеводы-217,14, калорийность-1493	1443	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы №
Старший повар