

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на

08 июня 2023г. (2 неделя – четверг)

Столовая школы № 5

| № п/п | № рецепта | Наименование | Выход, гр. | Цена, руб. |
|--|-----------|---|------------|------------|
| Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп» ИНН/КПП 1326203150 Республика Мордовия, г.Саранск, Бульвар Коммунаров, д. 10 | | Завтрак (нач. кл.) | | |
| | | Маслом сливочным | | |
| | | пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 24 г, калорийность – 133,4 ккал | 10/30 | |
| 2 | 175 | Пудинг творожный со сгущенным молоком | 200/20 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,5 г, жиры – 8,93 г, углеводы – 25,83 г, калорийность – 204 ккал | | |
| 3 | 379 | Чай с молоком | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -3,58 г, жиры – 2,68 г, углеводы – 28,34 г, калорийность – 151,8 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 | 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-603,9 | 500 | |
| Обед (нач. кл.) | | | | |
| 1 | 20 | Салат Рубин (капуста, свекла, морковь) с маслом растительным | 60 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,4 г, жиры – 0 г, углеводы – 1,7 г, калорийность – 8 ккал | | |
| 2 | 82 | Суп картофельный с вермишелью с птицей | 200/15 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры – 3,92 г, углеводы – 12,16 г, калорийность – 89,8 ккал | | |
| 3 | 285 | Зразы рубленые | 90/30 | |
| | | пищевая ценность: белки -29,08 г, жиры –33,02 г, углеводы – 2,79 г, калорийность – 425,5 ккал | | |
| 4 | 143 | Рагу овощное | 150 | |
| | | пищевая ценность: белки -3,8 г, жиры – 6,11 г, углеводы – 41,4 г, калорийность – 235,7 ккал | | |
| 5 | 349 | Компот из свежих ягод | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 87,6 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 | 20 | |
| | | пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры – 0,3 г, углеводы – 8,55 г, калорийность – 41,25 ккал | | |
| | | Итого за обед: белки-26,6, жиры-33,31, углеводы-119,14, калорийность-715,4 | 785 | |
| Полдник (нач. кл.) | | | | |
| 1 | 344 | Пирожок с повидлом | 75 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,8 г, жиры – 21,1 г, углеводы – 0,7 г, калорийность – 152 ккал | | |
| 2 | 377 | Ряженка 2,5% | 200 | |
| | | пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 60,4 ккал | | |
| | | Хлеб пшеничный | 25 | |
| | | пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры – 1,7 г, углеводы – 21,1 г, калорийность – 111 ккал | | |
| | | Итого за полдник: белки-7,4, жиры-7,3, углеводы-28,6, калорийность-340 | 300 | |
| | | Итого за день: белки-47, жиры-59,35, углеводы-216,43, калорийность-1645,4 | 1585 | 176-90 |



Начальник
Старший повар