

ООО «Феникс Групп»

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

МЕНЮ на 09 июня 2023г. (2 неделя – пятница) Столовая школы №

№ п/п	Код	Наименование	Выход, гр	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		
		Яйцо вареное пищевая ценность: белки-3,8 г, жиры - 4 г, углеводы - 0, г, калорийность - 51 ккал	40	
2	401	Оладьи со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -5,64 г, жиры - 14,04 г, углеводы - 0,6 г, калорийность - 151,2 ккал	150/20	
3	382	Какао с молоком пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 3,94 г, углеводы - 26,24 г, калорийность - 155,2 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	15	
5		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	15	
6	338	Фрукт свежий нектарин (поштучно) пищевая ценность: белки - 0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 52 ккал	2штг	
		Итого за завтрак: белки-22, жиры-33,55, углеводы-97,54, калорийность-608	640	
		Обед (нач. кл.)		
1	75	Помидор свежий (порционно) пищевая ценность: белки - 1,08 г, жиры - 3,0 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал	60	
2	96	Суп картофельный с горохом с птицей пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры - 4,08 г, углеводы - 16,5 г, калорийность - 109,2 ккал	200/15	
3	290	Рыба, запеченная с яйцом 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	349	Компот из сухофруктов 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	20	
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	785	
		Полдник (нач. кл.)		
1		Батончик Твист пищевая ценность: белки -6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал	22,5	
2	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 0 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 124,8 ккал	200	
3		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
4		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	30	
		Итого за полдник: белки-0,9, жиры-0, углеводы-15,7, калорийность-312	272,5	
		Итого за день: белки-53,61, жиры-71,08, углеводы-220,54, калорийность-1645,6	1697,5	176-90



Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Начальник лагеря
Старший повар