

№ п/п	Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп" ИНН/КПП 132203167/132601001 Республика Молдова, г.Саранск	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
Завтрак (нач. кл.)				
		Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры -3,4 г, углеводы -1,2 г, калорийность - 107 ккал	10/30	70-18
2	209	Яйцо вареное пищевая ценность: белки -5,64 г, жиры -4,04 г, углеводы -0,6 г, калорийность - 111 ккал	40	
3	182	Каша молочная рисовая с маслом сливочным пищевая ценность: белки -6,3 г, жиры -8,65 г, углеводы -38 г, калорийность - 171 ккал	200/5	
4	380	Кофейный напиток со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -3,46 г, жиры -3,5 г, углеводы -25,9 г, калорийность - 108 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры -0,2 г, углеводы -9,66 г, калорийность - 46,76 ккал	20	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры -0,22 г, углеводы -9,88 г, калорийность - 45,98 ккал	20	
		Итого за завтрак: белки-19,3, жиры-20,01, углеводы-84,04, калорийность-589,74	520	
Обед (нач. кл.)				
1	40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком пищевая ценность: белки -0,84 г, жиры -1,56 г, углеводы -5,16 г, калорийность - 39 ккал	60	86-74
2	101	Суп картофельный с рисом пищевая ценность: белки -7,12 г, жиры -6,42 г, углеводы -16,4 г, калорийность - 176 ккал	200	
3	292	Жаркое по-домашнему с птицей пищевая ценность: белки -15,2 г, жиры -19,5 г, углеводы -33 г, калорийность - 395 ккал	90/150	
4	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры -0 г, углеводы -38 г, калорийность - 98 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры -0,2 г, углеводы -9,66 г, калорийность - 46,76 ккал	20	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры -0,33 г, углеводы -14,82 г, калорийность - 68,97 ккал	30	
		Итого за обед: белки-27,02, жиры-117,04, углеводы-823,73	740	
Полдник (нач. кл.)				
1	410	Ватрушка с повидлом пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры -4,8 г, углеводы -29,3 г, калорийность - 133 ккал	75	22-00
2	386	Снежок 2,5% пищевая ценность: белки -5,2 г, жиры -2,5 г, углеводы -4,5 г, калорийность - 102 ккал	200	
		Итого за полдник: белки-7,9, жиры-7,3, углеводы-33,8, калорийность-235	275	
		Итого за день: белки-54,22, жиры-55,32, углеводы-234,88, калорийность-1648,5	1535	
Завтрак (ст. кл.)				
1	1	Бутерброд с маслом сливочным пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры -4,6 г, углеводы -10,3 г, калорийность - 88 ккал	10/30	71-27
2	209	Яйцо вареное пищевая ценность: белки -7,52 г, жиры -8,42 г, углеводы -2,3 г, калорийность - 130 ккал	40	
3	182	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным пищевая ценность: белки -8,04 г, жиры -10,72 г, углеводы -48,2 г, калорийность - 319 ккал	250/5	
4	380	Кофейный напиток со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -3,46 г, жиры -3,5 г, углеводы -25,9 г, калорийность - 139 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры -0,2 г, углеводы -9,66 г, калорийность - 46,76 ккал	20	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры -0,22 г, углеводы -9,88 г, калорийность - 45,98 ккал	20	
		Итого за завтрак: белки-22,92, жиры-23,06, углеводы-95,94, калорийность-680,74	570	
Обед (ст. кл.)				
1	40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком пищевая ценность: белки -1,4 г, жиры -2,6 г, углеводы -20,3 г, калорийность - 105 ккал	100	93-72
2	101	Суп картофельный с рисом пищевая ценность: белки -2,65 г, жиры -4,83 г, углеводы -20 г, калорийность - 138 ккал	250	
3	292	Жаркое по-домашнему с птицей пищевая ценность: белки -24,5 г, жиры -24,24 г, углеводы -35,28 г, калорийность - 460 ккал	100/180	
4	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -0 г, жиры -0 г, углеводы -34 г, калорийность - 136 ккал	200	
5		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры -0,2 г, углеводы -9,66 г, калорийность - 46,76 ккал	20	
6		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры -0,33 г, углеводы -14,82 г, калорийность - 68,97 ккал	20	
		Итого за обед: белки-31,81, жиры-32,2, углеводы-134,06, калорийность-954,73	814	
		Итого за день: белки-54,73, жиры-55,26, углеводы-230, калорийность-1635,5	1384	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы №
Старший повар