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

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 06 марта 2025г. (1 неделя – четверг) Столовая школы № 37

№ п/п	№ рецепт	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		**70-18**
1	3	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки -1,1 г, жиры – 4,3 г, углеводы – 1,2 г, калорийность – 103 ккал	15/30	
2	173	Каша молочная пшенная с маслом сливочным пищевая ценность: белки -11,9 г, жиры – 12,7 г, углеводы – 30,7 г, калорийность – 254 ккал	200/5	
3	378	Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки -2,81 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 27,6 г, калорийность – 115,3 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -2,37 г, жиры –0,3 г, углеводы – 14,49 г, калорийность – 70,14 ккал	30	
5		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-20,02, углеводы-83,87, калорийность-588,42	500	
		Обед (нач. кл.)		**86-74**
1	52	Салат из отварной свеклы пищевая ценность: белки -0,72 г, жиры – 3,9 г, углеводы –9,84 г, калорийность – 94 ккал	60	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры – 4,4 г, углеводы – 22,6 г, калорийность – 178 ккал	200/10	
3	268	Биточки мясные с соусом пищевая ценность: белки -11,6 г, жиры – 10,2 г, углеводы – 25,6 г, калорийность – 225 ккал	90/30	
4	306	Гороховое пюре пищевая ценность: белки -10 г, жиры – 9г, углеводы – 20 г, калорийность – 150 ккал	150	
5	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 60,4 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал	20	
7		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-27,14, жиры-28,03, углеводы-117,52, калорийность-823,13	754	
		Полдник (нач. кл.)		**22-00**
1	422	Крендель сахарный пищевая ценность: белки -5,9 г, жиры – 5,6 г, углеводы – 26,4 г, калорийность – 136 ккал	100	
2	389	Сок фруктовый пищевая ценность: белки -0,69 г, жиры – 2,7 г, углеводы – 7,6 г, калорийность – 98 ккал	200	
		Итого за полдник: белки-6,59, жиры-8,3, углеводы-34, калорийность-234	300	
		Итого за день: белки-53,03, жиры-56,35, углеводы-235,39, калорийность-1645,6	1554	
		Завтрак (ст. кл.)		**71-27**
1	3	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки -3,85 г, жиры – 8 г, углеводы – 18 г, калорийность – 160 ккал	15/30	
2	173	Каша молочная пшенная с маслом сливочным пищевая ценность: белки -11,57 г, жиры – 12,1 г, углеводы – 23 г, калорийность – 305 ккал	250/5	
3	378	Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки -4,68 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 35,26 г, калорийность – 123 ккал	200	
4		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал	20	
5		Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры – 0,22 г, углеводы – 9,88 г, калорийность – 45,98 ккал	30	
		Итого за завтрак: белки-22,8, жиры-23,02, углеводы-95,8, калорийность-680,74	550	
		Обед (ст. кл.)		**93-72**
1	52	Салат из отварной свеклы пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры – 5 г, углеводы –21 г, калорийность – 120 ккал	100	
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной пищевая ценность: белки -6 г, жиры – 6,5 г, углеводы – 28 г, калорийность – 155 ккал	250/10	
3	268	Биточки мясные с соусом пищевая ценность: белки - 11,6 г, жиры – 10,2 г, углеводы – 25,6 г, калорийность – 282 ккал	100/50	
4	306	Гороховое пюре пищевая ценность: белки -10 г, жиры – 10 г, углеводы – 20 г, калорийность – 190 ккал	180	
5	388	Напиток из шиповника пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 90 ккал	200	
6		Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал	20	
7		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-32,76, жиры-32,23, углеводы-134,08, калорийность-952,73	884	
		Итого за день: белки-55,56, жиры-55,25, углеводы-229,88, калорийность-1633,5	1434	

Республика Мордовия г.Саранск Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп" Для удостоверений о качестве и сертификатов

Директор ООО «Феникс Групп» *Директор школы №*