

Общество с ограниченной  
ответственностью

МЕНЮ

на

ООО «Феникс Групп»

07 марта 2025г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 37

№ п/п  
№ рецепта  
«Феникс Групп»  
ИНН/КПП 1326203167/132601001  
Республика Мордовия

Наименование

Выход, гр

Цена, руб.

Завтрак (нач. кл.)

70-18

Винегрет овощной

пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры – 3 г, углеводы – 14,2 г, калорийность – 86,4ккал

60

2 233 Рыба, запеченная с яйцом

пищевая ценность: белки -12,5 г, жиры – 8,2 г, углеводы – 10,5 г, калорийность – 129 ккал

90

3 309 Спагетти отварные

пищевая ценность: белки -1 г, жиры – 8,5 г, углеводы – 19,3 г, калорийность – 165 ккал

150

4 376 Чай с сахаром

пищевая ценность: белки -2,24 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 21 г, калорийность – 115 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-19,52, жиры-20,18, углеводы-84,54, калорийность-588,14

544

Обед (нач. кл.)

86-74

1 39 Салат картофельный с морковью и консервированной кукурузой

пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры – 2,76 г, углеводы – 5,46 г, калорийность – 93 ккал

60

2 103 Суп картофельный с вермишелью

пищевая ценность: белки -7,06 г, жиры – 4,9 г, углеводы – 19,08 г, калорийность – 131 ккал

200

3 295 Биточки из птицы с маслом сливочным

пищевая ценность: белки -13,2 г, жиры – 15,8 г, углеводы – 13,58 г, калорийность – 220 ккал

90/2

4 143 Рагу овощное

пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры – 4,01 г, углеводы – 33 г, калорийность – 175,6 ккал

150

5 350 Кисель витаминизированный

пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 87,7 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-27,72, жиры-28, углеводы-117,42, калорийность-823,03

746

Полдник (нач. кл.)

22-00

1 424 Сдоба Выборгская

пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры – 5,8 г, углеводы – 16 г, калорийность – 168 ккал

100

2 378 Чай с молоком с сахаром

пищевая ценность: белки -5,14 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 18 г, калорийность – 70 ккал

200

Итого за полдник: белки-7,54 жиры-8,3, углеводы-34, калорийность-238

300

Итого за день: белки-54,78, жиры-56,48, углеводы-235,96, калорийность-1649,2

1590

Завтрак (ст. кл.)

71-27

1 67 Винегрет овощной

пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры – 5 г, углеводы – 10,3 г, калорийность – 118ккал

100

2 233 Рыба, запеченная с яйцом

пищевая ценность: белки -14,5 г, жиры – 8,6 г, углеводы – 13,5 г, калорийность – 149 ккал

100

3 309 Спагетти отварные

пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры – 9,1 г, углеводы – 21,6 г, калорийность – 202 ккал

180

4 376 Чай с сахаром

пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры – 0,06 г, углеводы – 31 г, калорийность – 119 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-22,84 жиры-23,18, углеводы-95,84, калорийность-680,74

624

Обед (ст. кл.)

93-72

1 39 Салат картофельный с морковью и консервированной кукурузой

пищевая ценность: белки -1,07 г, жиры – 3,47 г, углеводы – 5,8 г, калорийность – 105 ккал

100

2 103 Суп картофельный с вермишелью

пищевая ценность: белки -5,08 г, жиры – 5,35 г, углеводы – 19,8 г, калорийность – 163,75 ккал

250

3 295 Биточки из птицы с маслом сливочным

пищевая ценность: белки -14,7 г, жиры – 18,4 г, углеводы – 38,2 г, калорийность – 254 ккал

100/3

4 143 Рагу овощное

пищевая ценность: белки -7,4 г, жиры – 4,81 г, углеводы – 24,12 г, калорийность – 154,62 ккал

180

5 350 Кисель витаминизированный

пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры – 0 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 160 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-31,58, жиры-32,56, углеводы-134,22, калорийность-953,1

874

Итого за день: белки-54,42, жиры-56,64, углеводы-230,16, калорийность-1633,8

1498

Директор ООО «Феникс Групп»  
КалькуляторДиректор школы №  
Старший повар