

Общество с ограниченной ответственностью  
**«Феникс Групп»**  
 ИНН/КПП 1326203467/132601001  
 Республика Мордовия, г.Саранск

| № п/п   | Отв. за | Наименование  | Выход, гр. | Цена, руб. |
|---|---------|---|------------|------------|
| <b>Завтрак (нач. кл.)</b>   |         |   |            |            |
|   |         | Бутерброд с повидлом<br>пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры – 3,69 г, углеводы – 6,9 г, калорийность – 156 ккал                              | 20/30      |            |
| 2   | 223     | Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком<br>пищевая ценность: белки -15,4 г, жиры – 13,5 г, углеводы – 42,5 г, калорийность – 235 ккал | 200/20     |            |
| 3   | 379     | Кофейный напиток с молоком<br>пищевая ценность: белки -2,25 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 15,3 г, калорийность – 105 ккал                       | 200        |            |
| 4   |         | Хлеб пшеничный<br>пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал                                 | 20         |            |
| 5   |         | Хлеб ржаной<br>пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры – 0,22 г, углеводы – 9,88 г, калорийность – 45,98 ккал                                   | 20         |            |
| <b>Итого за завтрак: белки-19,55, жиры-20,11, углеводы-84,24, калорийность-588,74</b> |         |   | 510        |            |
| <b>Обед (нач. кл.)</b>  |         |   |            |            |
| <b>86-74</b>  |         |   |            |            |
| 1   | 71      | Огурец консервированный (порционно)<br>пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры – 3 г, углеводы – 13,8 г, калорийность – 86,4 ккал               | 60         |            |
| 2   | 82      | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры – 5,3 г, углеводы – 28 г, калорийность – 155 ккал     | 200/10     |            |
| 3   | 234     | Биточки рыбные с маслом сливочным<br>пищевая ценность: белки -18,3 г, жиры – 10,06 г, углеводы – 20,13 г, калорийность – 204 ккал             | 90/2       |            |
| 4   | 312     | Картофельное пюре<br>пищевая ценность: белки -3,1 г, жиры – 9,2 г, углеводы – 15,8 г, калорийность – 172 ккал                                 | 150        |            |
| 5   | 349     | Компот из сухофруктов<br>пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 90,4 ккал                                | 200        |            |
| 6   |         | Хлеб пшеничный<br>пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал                                 | 20         |            |
| 7   |         | Хлеб ржаной<br>пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры – 0,33 г, углеводы – 14,82 г, калорийность – 68,97 ккал                                  | 30         |            |
| <b>Итого за обед: белки-27,44, жиры-28,09, углеводы-117,21, калорийность-823,53</b>   |         |   | 746        |            |
| <b>Полдник (нач. кл.)</b>   |         |   |            |            |
| <b>22-00</b>  |         |   |            |            |
| 1   | 424     | Булочка Домашняя<br>пищевая ценность: белки -4,4 г, жиры – 5,5 г, углеводы – 26 г, калорийность – 125 ккал                                    | 100        |            |
| 2   | 386     | Ряженка 2,5%<br>пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 7,6 г, калорийность – 139 ккал                                       | 200        |            |
| <b>Итого за полдник: белки-7,1, жиры-8, углеводы-33,6, калорийность-235</b>           |         |   | 300        |            |
| <b>Итого за день: белки-54,09, жиры-56,2, углеводы-235,05, калорийность-1647,3</b>    |         |   | 1556       |            |
| <b>Завтрак (ст. кл.)</b>  |         |   |            |            |
| <b>71-27</b>  |         |   |            |            |
| 1   | 2       | Бутерброд с повидлом<br>пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 28,1 г, калорийность – 161 ккал                              | 20/30      |            |
| 2   | 223     | Запеканка творожно-рисовая со сгущенным молоком<br>пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры – 17,6 г, углеводы – 26,4 г, калорийность – 313 ккал | 250/20     |            |
| 3   | 379     | Кофейный напиток с молоком<br>пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры – 2,5 г, углеводы – 21,82 г, калорийность – 114 ккал                       | 200        |            |
| 4   |         | Хлеб пшеничный<br>пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал                                 | 20         |            |
| 5   |         | Хлеб ржаной<br>пищевая ценность: белки -1,12 г, жиры – 0,22 г, углеводы – 9,88 г, калорийность – 45,98 ккал                                   | 20         |            |
| <b>Итого за завтрак: белки-22,8, жиры-23,02, углеводы-95,86, калорийность-680,74</b>  |         |   | 560        |            |
| <b>Обед (ст. кл.)</b>   |         |   |            |            |
| <b>93-72</b>  |         |   |            |            |
| 1   | 71      | Огурец консервированный (порционно)<br>пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры – 5 г, углеводы – 20 г, калорийность – 63 ккал                    | 100        |            |
| 2   | 82      | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной<br>пищевая ценность: белки -2,5 г, жиры – 4,5 г, углеводы – 15,2 г, калорийность – 136,5 ккал | 250/10     |            |
| 3   | 234     | Биточки рыбные с маслом сливочным<br>пищевая ценность: белки -19,4 г, жиры – 15 г, углеводы – 30,6 г, калорийность – 259 ккал                 | 100/3      |            |
| 4   | 312     | Картофельное пюре<br>пищевая ценность: белки -4,52 г, жиры – 7,23 г, углеводы – 29,6 г, калорийность – 246,5 ккал                             | 180        |            |
| 5   | 349     | Компот из сухофруктов<br>пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры – 0 г, углеводы – 15 г, калорийность – 132 ккал                                 | 200        |            |
| 6   |         | Хлеб пшеничный<br>пищевая ценность: белки -1,58 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 9,66 г, калорийность – 46,76 ккал                                 | 20         |            |
| 7   |         | Хлеб ржаной<br>пищевая ценность: белки -1,68 г, жиры – 0,33 г, углеводы – 14,82 г, калорийность – 68,97 ккал                                  | 30         |            |
| <b>Итого за обед: белки-31,58, жиры-32,26, углеводы-134,88, калорийность-952,73</b>   |         |   | 882        |            |
| <b>Итого за день: белки-54,38, жиры-55,28, углеводы-230,74, калорийность-1633,47</b>  |         |   | 1442       |            |

Директор ООО «Феникс Групп»  
 Калькулятор

Директор школы №  
 Старший повар



*[Handwritten signature]*