

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 19 июня 2025г. (1 неделя – четверг) Столовая школы №34

Общество с ограниченной

ответственностью

№ п/п № рецеп

ИНН/КПП 1326203167/132601001

Республика Мордовия, г.Саранск

		Наименование	Выход, гр	Цена, руб
		Завтрак (ст. кл.)		
		Бутерброд с маслом сливочным	10/30	
		пищевая ценность: белки -0,96 г, жиры - 2,94 г, углеводы - 6,6 г, калорийность - 112 ккал		
2	175	Каша молочная манная с маслом сливочным	250/5	
		пищевая ценность: белки -12,8 г, жиры -12,48 г, углеводы - 2,4 г, калорийность - 193 ккал		
3	379	Кофейный напиток с молоком	200	
		пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал		
4		Хлеб пшеничный/ржаной	10/10	
		пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал		
5	338	Фрукт свежий апельсин (поштучно)	1шт	
		пищевая ценность: белки - 3,12 г, жиры - 5,1 г, углеводы - 18,57 г, калорийность - 98 ккал		
		Итого за завтрак: белки-19,96, жиры-20,92, углеводы-75,43, калорийность-589,9	710	
		Обед (ст. кл.)		
1	20	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	
		пищевая ценность: белки -0,72 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 9,84 г, калорийность - 74,4 ккал		
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем с птицей со сметаной	250/15/10	
		пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры - 3,92 г, углеводы - 22,16 г, калорийность - 128 ккал		
3	285	Пельмени отварные с маслом сливочным	190/3	
		пищевая ценность: белки -21 г, жиры -19 г, углеводы - 59 г, калорийность - 425,5 ккал		
4	349	Компот из сухофруктов	200	
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 93 ккал		
5		Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	
		пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал		
		Итого за обед: белки-26,98, жиры-27,12, углеводы-126,6, калорийность-823,5	807	
		Полдник (ст. кл.)		
1		Батончик Джет	42	
		пищевая ценность: белки-3,5 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 22,4 г, калорийность - 182 ккал		
2	377	Сок фруктовый	200	
		пищевая ценность: белки-4,6 г, жиры - 5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 85 ккал		
		Хлеб пшеничный	50/50	
		пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал		
		Итого за полдник: белки-11,8, жиры-11,2, углеводы-50,6, калорийность-369,6	350	
		Итого за день: белки-58,74, жиры-59,24, углеводы-252,63, калорийность-1783	1867	256-50

Директор ООО «Феникс Групп»
КалькуляторНачальник лагеря
Старший повар