

ООО «Феникс Групп»

Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп»		МЕНЮ на 20 июня 2025г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 34		Выход, гр	Цена, руб
№ п/п	№ рецеп	Наименование			
ИИН/КПП 1326203167/132601001 Республика Мордовия, г. Саранск		Завтрак (ст. кл.)			
		Бутерброд с сыром твердым		15/30	
		пищевая ценность: белки -5,3 г, жиры - 3 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал			
2	175	Тефтели мясные в соусе		100/50	
		пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры - 20,3 г, углеводы - 20 г, калорийность - 180 ккал			
3	412	Картофельное пюре		180	
		пищевая ценность: белки -3,06 г, жиры -4,8 г, углеводы - 19 г, калорийность - 137,3 ккал			
4	379	Какао с молоком		200	
		пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 18 г, калорийность - 139 ккал			
5		Хлеб пшеничный/ржаной		10/10	
		пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал			
		Итого за завтрак: белки-24,4, жиры-28,56, углеводы-83,4, калорийность-606,3		775	
		Обед (ст. кл.)			
1	30	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным		100	
		пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры - 2,76 г, углеводы - 8,9 г, калорийность - 75 ккал			
2	82	Суп картофельный с горохом с птицей		250/15	
		пищевая ценность: белки -11,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 195 ккал			
3	285	Котлета рыбная с маслом сливочным		100/3	
		пищевая ценность: белки -10,56 г, жиры -14,88 г, углеводы - 29 г, калорийность - 212,8 ккал			
4	426	Капуста тушеная		180	
		пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 20,1 г, калорийность - 128 ккал			
5	349	Компот из свежих плодов		200	
		пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 110 ккал			
6		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-29,52, жиры-26,53, углеводы-119,5, калорийность-823,4			
		Полдник (ст. кл.)			
1	211	Ватрушка с повидлом		75	
		пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 3,8 г, углеводы - 19 г, калорийность - 205 ккал			
2	377	Ряженка 2,5%		200	
		пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 18 г, калорийность - 85 ккал			
3		Хлеб пшеничный/ржаной		50/25	
		пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал			
		Итого за полдник: белки-4,94, жиры-4,26, углеводы-49,6, калорийность-353,6		350	
		Итого за день: белки-58,86, жиры-59,35, углеводы-252,5, калорийность-1783,3		1833	256-50



Начальник лагеря
Старший повар