

ООО «Феникс Групп»

25 апреля 2025г. (1 неделя – пятница) Столовая школы № 37

Общество с ограниченной ответственностью
«Феникс Групп»ИНН/КПП 1326203167/1326010001
Республика Молдова, г.Сорока

Винегрет овощной

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

№ п/п	№ рецепта	Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
		Завтрак (нач. кл.)		70-18
		Винегрет овощной	60	
2	233	Рыба, запеченная с яйцом	90	
		пищевая ценность: белки - 12,5 г, жиры - 8,2 г, углеводы - 10,5 г, калорийность - 129 ккал		
3	309	Спагетти отварные	150	
		пищевая ценность: белки - 1 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 19,3 г, калорийность - 165 ккал		
4	376	Чай с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки - 2,24 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 21 г, калорийность - 115 ккал		
5		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки - 1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
6		Хлеб ржаной	20	
		пищевая ценность: белки - 1,12 г, жиры - 0,22 г, углеводы - 9,88 г, калорийность - 45,98 ккал		
		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	60	
		пищевая ценность: белки - 1,02 г, жиры - 2,76 г, углеводы - 5,46 г, калорийность - 93 ккал		
2	103	Суп картофельный с вермишелью	200	
		пищевая ценность: белки - 7,06 г, жиры - 4,9 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал		
3	295	Биточки из птицы с маслом сливочным	90/2	
		пищевая ценность: белки - 13,2 г, жиры - 15,8 г, углеводы - 13,58 г, калорийность - 220 ккал		
4	143	Рагу овощное	150	
		пищевая ценность: белки - 3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 33 г, калорийность - 175,6 ккал		
5	350	Кисель витаминизированный	200	
		пищевая ценность: белки - 0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,7 ккал		
6		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки - 1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
7		Хлеб ржаной	30	
		пищевая ценность: белки - 1,68 г, жиры - 0,33 г, углеводы - 14,82 г, калорийность - 68,97 ккал		
		Итого за обед: белки-27,72, жиры-28, углеводы-117,42, калорийность-823,03	746	
		Полдник (нач. кл.)		22-00
1	424	Сдоба Выборгская	100	
		пищевая ценность: белки - 2,4 г, жиры - 5,8 г, углеводы - 16 г, калорийность - 168 ккал		
2	378	Чай с молоком с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки - 5,14 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 18 г, калорийность - 70 ккал		
		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	100	
		пищевая ценность: белки - 1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 10,3 г, калорийность - 118 ккал		
2	233	Рыба, запеченная с яйцом	100	
		пищевая ценность: белки - 14,5 г, жиры - 8,6 г, углеводы - 13,5 г, калорийность - 149 ккал		
3	309	Спагетти отварные	180	
		пищевая ценность: белки - 3,7 г, жиры - 9,1 г, углеводы - 21,6 г, калорийность - 202 ккал		
4	376	Чай с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки - 0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 31 г, калорийность - 119 ккал		
5		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки - 1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
6		Хлеб ржаной	20	
		пищевая ценность: белки - 1,12 г, жиры - 0,22 г, углеводы - 9,88 г, калорийность - 45,98 ккал		
		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	100	
		пищевая ценность: белки - 1,07 г, жиры - 3,47 г, углеводы - 5,8 г, калорийность - 105 ккал		
2	103	Суп картофельный с вермишелью	250	
		пищевая ценность: белки - 5,08 г, жиры - 5,35 г, углеводы - 19,8 г, калорийность - 163,75 ккал		
3	295	Биточки из птицы с маслом сливочным	100/3	
		пищевая ценность: белки - 14,7 г, жиры - 18,4 г, углеводы - 38,2 г, калорийность - 254 ккал		
4	143	Рагу овощное	180	
		пищевая ценность: белки - 7,4 г, жиры - 4,81 г, углеводы - 24,12 г, калорийность - 154,62 ккал		
5	350	Кисель витаминизированный	200	
		пищевая ценность: белки - 0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 160 ккал		
6		Хлеб пшеничный	20	
		пищевая ценность: белки - 1,58 г, жиры - 0,2 г, углеводы - 9,66 г, калорийность - 46,76 ккал		
7		Хлеб ржаной	30	
		пищевая ценность: белки - 1,68 г, жиры - 0,33 г, углеводы - 14,82 г, калорийность - 68,97 ккал		
		Итого за обед: белки-34,58, жиры-32,56, углеводы-134,22, калорийность-953,1	874	
		Итого за день: белки-54,42, жиры-55,64, углеводы-230,16, калорийность-1633,8	1498	

Директор ООО «Феникс Групп»
КалькуляторДиректор школы №
Старший повар