

ООО «Феникс Групп»

Общество с ограниченной ответственностью «Феникс Групп» на 01 февраля 2024г. (1 неделя – четверг) Столовая гимназии № 29

№ п/п
№ рецепта
ИНН/КПП 1326203167/132601001
Республика Мордовия

Наименование

Выход, гр

Цена, руб

Завтрак (нач. кл.)

67-00

		сыром твердым		
		пищевая ценность: белки -1,1 г, жиры - 4,3 г, углеводы - 1,2 г, калорийность - 103 ккал	15 30	
2	173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200 5	
		пищевая ценность: белки -12,8 г, жиры - 12,7 г, углеводы - 35,6 г, калорийность - 273 ккал		
3	378	Чай с молоком с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки -3,6 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 34,2 г, калорийность - 115,3 ккал		
4		Хлеб ржаной/пшеничный	30 20	
		пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 115 ккал		
		Итого за завтрак: белки-19,9, жиры-19,9, углеводы-83,6, калорийность-606,3	500	

Обед (нач. кл.)

78-00

1	74	Икра домашняя (порционно)	60	
		пищевая ценность: белки -0,72 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 9,84 г, калорийность -94 ккал		
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200 10	
		пищевая ценность: белки -1,46 г, жиры - 3,92 г, углеводы - 12,16 г, калорийность - 89,8 ккал		
3	268	Биточки мясные с соусом	90 30	
		пищевая ценность: белки -12,9 г, жиры - 13,5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал		
4	197	Гороховое пюре	150	
		пищевая ценность: белки -5,4 г, жиры - 4,8 г, углеводы - 28,5 г, калорийность - 179,3 ккал		
5	388	Напиток из шиповника	200	
		пищевая ценность: белки -0,68 г, жиры - 0 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123,3 ккал		
6		Хлеб ржаной/пшеничный	24 20	
		пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал		
		Итого за обед: белки-35, жиры-37,66, углеводы-57,81, калорийность-715,4	784	

Полдник (нач. кл.)

22-00

1	415	Крендель сахарный	100	
		пищевая ценность: белки -5,9 г, жиры -5,6 г, углеводы - 26,4 г, калорийность - 135 ккал		
2	389	Сок фруктовый	200	
		пищевая ценность: белки -0,69 г, жиры - 2,7 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 98 ккал		
		Итого за полдник: белки-6,59, жиры-8,3, углеводы-34, калорийность-233	300	
		Итого за день: белки-60,47, жиры-56,55, углеводы-229,59, калорийность-1647,9	1584	

Завтрак (ст. кл.)

68-44

1	3	Бутерброд с сыром твердым	15 30	
		пищевая ценность: белки -3,85 г, жиры - 8 г, углеводы - 23 г, калорийность - 150 ккал		
2	173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	250 5	
		пищевая ценность: белки -11,57 г, жиры - 12,1 г, углеводы - 25 г, калорийность - 305 ккал		
3	378	Чай с молоком с сахаром	200	
		пищевая ценность: белки -4,68 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 35,26 г, калорийность - 123 ккал		
4		Хлеб ржаной/пшеничный	30 20	
		пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 102 ккал		
		Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-23, углеводы-95,86, калорийность-680	550	

Обед (ст. кл.)

84-90

1	74	Икра домашняя (порционно)	100	
		пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 55 г, калорийность - 130 ккал		
2	82	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250 10	
		пищевая ценность: белки -10 г, жиры - 6,5 г, углеводы - 25 г, калорийность - 112,25 ккал		
3	268	Биточки мясные с соусом	100 50	
		пищевая ценность: белки -27 г, жиры - 34,2 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 204 ккал		
4	197	Гороховое пюре	180	
		пищевая ценность: белки -6,43 г, жиры - 5,81 г, углеводы - 34,29 г, калорийность - 215,28 ккал		
5	388	Напиток из шиповника	200	
		пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 90 ккал		
6		Хлеб ржаной/пшеничный	24 20	
		пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал		
		Итого за обед: белки-34,79, жиры-29,29, углеводы-115,25, калорийность-811,4	934	
		Итого за день: белки-59,97, жиры-56,55, углеводы-214,59, калорийность-1493,3	1484	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор

Директор школы №
Старший повар



А. повар

Павлова