

Общество с ограниченной
ответственностью **МБНО** на

ООО «Феникс Групп»
02 февраля 2024г. (1 неделя – пятница) Столовая гимназии № 29

№ п.п. «Феникс Групп»
ИНН/КПП 1326203167/132601001
Республика Мордовия, г.Саранск

№ п.п.	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
	Завтрак (нач. кл.)		67-00
	Винегрет овощной	60	
	пищевая ценность: белки -1,08 г, жиры - 3 г, углеводы - 13,8 г, калорийность - 86,4 ккал		
2	291 Плов из птицы	90 150	
	пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры - 16,3 г, углеводы - 29,35 г, калорийность - 325 ккал		
3	375 376 Чай с сахаром	200	
	пищевая ценность: белки -2,24 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 28 г, калорийность - 115 ккал		
4	Хлеб ржаной/пшеничный	24 20	
	пищевая ценность: белки -2,43 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал		
	Итого за завтрак: белки-19,25, жиры-19,76, углеводы-83,75, калорийность-590	544	78-00
	Обед (нач. кл.)		
1	55 Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами	60	
	пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры - 2,76 г, углеводы - 5,46 г, калорийность - 73 ккал		
2	103 Суп картофельный с вермишелью	200	
	пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,48 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал		
3	294 Биточки из птицы с маслом сливочным	90 2	
	пищевая ценность: белки -11,56 г, жиры - 11,88 г, углеводы - 13,58 г, калорийность - 182,8 ккал		
4	143 Рагу овощное	150	
	пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 20,1 г, калорийность - 128,9 ккал		
5	948 Кисель витаминизированный	200	
	пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 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-23,52, жиры-23,73, углеводы-100,64, калорийность 705,9	746	22-00
	Полдник (нач. кл.)		
1	428 Сдоба Выборгская	100	
	пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 5,8 г, углеводы - 16 г, калорийность - 178 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-248	300	
	Итого за день: белки-50,31, жиры-51,79, углеводы-218,39, калорийность-1543,9	1590	
	Завтрак (ст. кл.)		68-44
1	67 Винегрет овощной	100	
	пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры - 5 г, углеводы - 15 г, калорийность - 118 ккал		
2	291 Плов из птицы	100 180	
	пищевая ценность: белки -18,2 г, жиры - 17,6 г, углеводы - 37,2 г, калорийность - 345 ккал		
3	375 376 Чай с сахаром	200	
	пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 31 г, калорийность - 153,4 ккал		
4	Хлеб ржаной/пшеничный	24 20	
	пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал		
	Итого за завтрак: белки-22,54 жиры-23,06, углеводы-95,8, калорийность-680	624	84-90
	Обед (ст. кл.)		
1	55 Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами	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 - 23,85 г, калорийность - 163,75 ккал		
3	294 Биточки из птицы с маслом сливочным	100 3	
	пищевая ценность: белки -14,2 г, жиры - 18 г, углеводы - 38 г, калорийность - 266,2 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	948 Кисель витаминизированный	200	
	пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 160 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-31,52, жиры-32,23, углеводы-134,19, калорийность-952,17	877	
	Итого за день: белки-54,06, жиры-55,29, углеводы-229,99, калорийность-1632,2	1501	

Директор ООО «Феникс Групп»
Калькулятор



Директор школы № 29
Старший повар

С.И. Ковалев