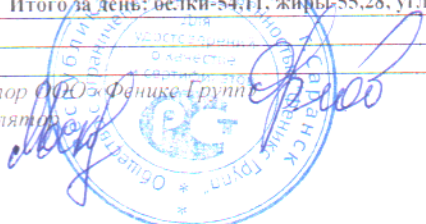


ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 18 декабря 2023г. (2 неделя – понедельник) Столовая гимназии № 29

№ п/п	№ счета	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
<b>Общество с ограниченной ответственностью "Феникс Групп"</b>				
<b>Завтрак (нач. кл.) 63-72</b>				
		Бутерброд с маслом сливочным	10:30	
		<small>пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры - 2,4 г, углеводы - 1,2 г, калорийность - 107 ккал</small>		
2	209	Яйцо вареное	40	
		<small>пищевая ценность: белки -5,64 г, жиры - 4,7 г, углеводы - 2,6 г, калорийность - 110 ккал</small>		
3	202:309	Спагетти, запеченные с сыром	150:10	
		<small>пищевая ценность: белки -9,3 г, жиры - 12,3 г, углеводы - 37,5 г, калорийность - 195 ккал</small>		
4	383	Какао со сгущенным молоком	200	
		<small>пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 0 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 115 ккал</small>		
5		Хлеб ржаной/пшеничный	24:40	
		<small>пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал</small>		
		<b>Итого за завтрак: белки-19,54, жиры-19,8, углеводы-84,1, калорийность-590,6</b>	504	
<b>Обед (нач. кл.) 69-62</b>				
1	45	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	60	
		<small>пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 9,2 г, калорийность - 73,8 ккал</small>		
2	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	200:10	
		<small>пищевая ценность: белки -1,28 г, жиры - 3,94 г, углеводы - 9,2 г, калорийность - 77,4 ккал</small>		
3	290	Гуляш из птицы	90:30	
		<small>пищевая ценность: белки -12,96 г, жиры - 9,6 г, углеводы - 15,28 г, калорийность - 230 ккал</small>		
4	304	Рис отварной	150	
		<small>пищевая ценность: белки -3,8 г, жиры - 6,11 г, углеводы - 24,5 г, калорийность - 135 ккал</small>		
5	389	Сок фруктовый	200	
		<small>пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал</small>		
6		Хлеб ржаной/пшеничный	24:20	
		<small>пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал</small>		
		<b>Итого за обед: белки-23,01, жиры-23,85, углеводы-100,52, калорийность-706,4</b>	784	
<b>Полдник (нач. кл.) 22-00</b>				
1		Печенье	100	
		<small>пищевая ценность: белки -0,8 г, жиры - 8,1 г, углеводы - 018 г, калорийность - 175 ккал</small>		
2	375:376	Чай с сахаром	200	
		<small>пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал</small>		
		<b>Итого за полдник: белки-0,9 жиры-8,1, углеводы-33, калорийность-235,4</b>	300	
		<b>Итого за день: белки-43,45, жиры-51,75, углеводы-217,62, калорийность-1532,4</b>	1588	
<b>Завтрак (ст. кл.) 68-44</b>				
1	1	Бутерброд с маслом сливочным	10:30	
		<small>пищевая ценность: белки -1,4 г, жиры - 4,6 г, углеводы - 10,3 г, калорийность - 122 ккал</small>		
2	209	Яйцо вареное	40	
		<small>пищевая ценность: белки -7,52 г, жиры - 6,1 г, углеводы - 0,8 г, калорийность - 105 ккал</small>		
3	202:309	Спагетти, запеченные с сыром	180:10	
		<small>пищевая ценность: белки -10,2 г, жиры - 9,45 г, углеводы - 42 г, калорийность - 275,4 ккал</small>		
4	383	Какао со сгущенным молоком	200	
		<small>пищевая ценность: белки -1 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 114 ккал</small>		
5		Хлеб ржаной/пшеничный	30:50	
		<small>пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал</small>		
		<b>Итого за завтрак: белки-22,52, жиры-23,05, углеводы-95,9, калорийность-680</b>	550	
<b>Обед (ст. кл.) 74-93</b>				
1	45	Салат из свежей капусты с зеленым горошком	100	
		<small>пищевая ценность: белки -1,5 г, жиры - 6 г, углеводы - 16,5 г, калорийность - 126 ккал</small>		
2	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250:10	
		<small>пищевая ценность: белки -1,6 г, жиры - 2,43 г, углеводы - 11,5 г, калорийность - 112 ккал</small>		
3	290	Гуляш из птицы	100:50	
		<small>пищевая ценность: белки -20,2 г, жиры - 16,2 г, углеводы - 14,6 г, калорийность - 242 ккал</small>		
4	304	Рис отварной	180	
		<small>пищевая ценность: белки -4,52 г, жиры - 7 г, углеводы - 49,68 г, калорийность - 282 ккал</small>		
5	389	Сок фруктовый	200	
		<small>пищевая ценность: белки -0,07 г, жиры - 0 г, углеводы - 21,82 г, калорийность - 87,6 ккал</small>		
6		Хлеб ржаной/пшеничный	24:20	
		<small>пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал</small>		
		<b>Итого за обед: белки-31,59, жиры-32,23, углеводы-134,7 калорийность-952,2</b>	934	
		<b>Итого за день: белки-54,11, жиры-55,28, углеводы-230,6, калорийность-1632,2</b>	1484	

Директор ООО «Феникс Групп»  
Калькулянт



Директор школы № 29  
Старший повар *Тивуайкина*