

Общество с ограниченной ответственностью

ООО «Феникс Групп»

МЕНЮ на 26 января 2024г. (2 неделя – пятница) Столовая гимназии № 29

№ п.п.	ответственность	Наименование	Выход, гр	Цена, руб
<b>Завтрак (нач. кл.)</b>				
		<b>Итого за завтрак: белки-19,78, жиры-19,78, углеводы-83,76, калорийность-589</b>	501	
<b>Обед (нач. кл.)</b>				
1	46	Салат Рубин (капуста, свекла, морковь) пищевая ценность: белки -1,2 г, жиры - 3,6 г, углеводы - 4,12 г, калорийность - 53 ккал	60	78-00
2	101	Суп картофельный с пшеном с рыбой пищевая ценность: белки -7,84 г, жиры - 2,56 г, углеводы - 3,2 г, калорийность - 106 ккал	200	
3	279	Тефтели в соусе пищевая ценность: белки -3,9 г, жиры - 12,68 г, углеводы - 5,28 г, калорийность - 144 ккал	90:30	
4	312	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,11 г, жиры - 4,01 г, углеводы - 8,3 г, калорийность - 108 ккал	150	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -1,04 г, жиры - 0 г, углеводы - 34 г, калорийность - 105 ккал	200	
6		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал	24:20	
7	421	Сдоба обыкновенная пищевая ценность: белки -2,7 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 25,1 г, калорийность - 87 ккал	50	
		<b>Итого за обед: белки-23,49, жиры-23,75, углеводы-100,6, калорийность-705,6</b>	824	
<b>Полдник (нач. кл.)</b>				
1	410	Ватрушка с творогом пищевая ценность: белки -4 г, жиры - 5,6 г, углеводы - 18,2 г, калорийность - 172 ккал	75	22-00
2	386	Снежок 2,5% пищевая ценность: белки -3,5 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 15,3 г, калорийность - 61 ккал	200	
		<b>Итого за полдник: белки-7,5, жиры-8,1, углеводы-33,5, калорийность-233</b>	275	
		<b>Итого за день: белки-50,77, жиры-51,63, углеводы-217,86, калорийность-1527,6</b>	1600	
<b>Завтрак (ст. кл.)</b>				
1	3	Бутерброд с сыром твердым пищевая ценность: белки -5,9 г, жиры - 0,7 г, углеводы - 22,8 г, калорийность - 85 ккал	15:30	68-44
2		Зеленый горошек консервированный (порционнно) пищевая ценность: белки -1,85г, жиры - 0 г, углеводы - 16,4 г, калорийность - 124 ккал	50	
3	212	Омлет натуральный с маслом сливочным пищевая ценность: белки -8,77 г, жиры - 7,3 г, углеводы - 15,7 г, калорийность - 255,6 ккал	200:3	
4	383	Какао со сгущенным молоком пищевая ценность: белки -3,58 г, жиры - 2,68 г, углеводы - 28,34 г, калорийность - 151,8 ккал	200	
5		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал	24:30	
		<b>Итого за завтрак: белки-22,5, жиры-23,08, углеводы-95,84, калорийность-680</b>	552	
<b>Обед (ст. кл.)</b>				
1	46	Салат Рубин (капуста, свекла, морковь) пищевая ценность: белки -2 г, жиры - 6 г, углеводы - 15,2 г, калорийность - 123 ккал	100	84-90
2	101	Суп картофельный с пшеном с рыбой пищевая ценность: белки -9,8 г, жиры - 3,2 г, углеводы - 14,2 г, калорийность - 164 ккал	250	
3	279	Тефтели в соусе пищевая ценность: белки -7,6 г, жиры - 17 г, углеводы - 5,28 г, калорийность - 218 ккал	100:50	
4	312	Картофельное пюре пищевая ценность: белки -3,73 г, жиры - 4,81 г, углеводы - 24,12 г, калорийность - 125 ккал	180	
5	349	Компот из сухофруктов пищевая ценность: белки -1,04 г, жиры - 0 г, углеводы - 34 г, калорийность - 117 ккал	200	
6		Хлеб ржаной/пшеничный пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал	24:20	
7	421	Сдоба обыкновенная пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал	50	
		<b>Итого за обед: белки-31,57, жиры-32,21, углеводы-134, калорийность-952,2</b>	974	
		<b>Итого за день: белки-54,07, жиры-55,29, углеводы-229,84, калорийность-1632,2</b>	1526	

Директор ООО «Феникс Групп»  
Калькулятор

Директор школы №  
Старший повар