

Общество с ограниченной  
ответственностью  
«Феникс Групп»  
ИНН/КПП 1526203167/132601001  
Республика Мордовия

ООО «Феникс Групп»  
17 ноября 2023г. (1 неделя – пятница) Столовая гимназии № 29

№ п.п.	Наименование	Выход, гр	Цена, руб	
<b>Завтрак (нач. кл.)</b>				
1	Винегрет овощной пищевая ценность: белки -0,4 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,7 г, калорийность - 8 ккал	60	63-72	
2	Плов из птицы пищевая ценность: белки -13,5 г, жиры - 20,3 г, углеводы - 38,2 г, калорийность - 420 ккал	90/150		
3	Чай с сахаром пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал	200		
4	Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20		
5	Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24		
<b>Итого за завтрак: белки-27, жиры-31,06, углеводы-93,8, калорийность-586</b>		544		
<b>Обед (нач. кл.)</b>				
69-62				
1	Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 2,3 г, калорийность - 13 ккал	60	22-00	
2	Суп картофельный с вермишелью пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал	200		
3	Биточки из птицы с маслом сливочным пищевая ценность: белки -12,96 г, жиры - 19,36 г, углеводы - 12,48 г, калорийность - 226 ккал	90/2		
4	Рагу овощное пищевая ценность: белки -13,2 г, жиры - 7,5 г, углеводы - 43,05 г, калорийность - 292 ккал	150		
5	Кисель витаминизированный пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 ккал	200		
6	Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20		
-	Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24		
<b>Итого за обед: белки-33,71, жиры-32,69, углеводы-115,74, калорийность-851,6</b>		746		
<b>Полдник (нач. кл.)</b>				
22-00				
1	Сдоба Выборгская пищевая ценность: белки -6 г, жиры - 3,9 г, углеводы - 40,65 г, калорийность - 222 ккал	100	1590	
2	Чай с молоком с сахаром пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал	200		
<b>Итого за полдник: белки-2,54 жиры-3,86, углеводы-62, калорийность-353,4</b>		300		
<b>Итого за день: белки-63,25, жиры-67,61, углеводы-271,54, калорийность-1791</b>		1590		
<b>Завтрак (ст. кл.)</b>				
68-44				
1	Винегрет овощной пищевая ценность: белки -0,5 г, жиры - 0 г, углеводы - 1,9 г, калорийность - 12 ккал	100	877	
2	Плов из птицы пищевая ценность: белки -28,56 г, жиры - 32,85 г, углеводы - 44,61 г, калорийность - 288 ккал	100/180		
3	Чай с сахаром пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал	200		
4	Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20		
5	Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24		
<b>Итого за завтрак: белки-29,05 жиры-33,06, углеводы-95,8, калорийность-646</b>		624		
<b>Обед (ст. кл.)</b>				
74-93				
1	Салат из отварной свеклы с консервированными огурцами пищевая ценность: белки -0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 2,3 г, калорийность - 13 ккал	100	1501	
2	Суп картофельный с вермишелью пищевая ценность: белки -5,08 г, жиры - 5,35 г, углеводы - 23,85 г, калорийность - 163,75 ккал	250		
3	Биточки из птицы с маслом сливочным пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры - 24,2 г, углеводы - 15,6 г, калорийность - 346 ккал	100/3		
4	Рагу овощное пищевая ценность: белки -16,2 г, жиры - 24,2 г, углеводы - 51,66 г, калорийность - 151 ккал	180		
5	Кисель витаминизированный пищевая ценность: белки -0,14 г, жиры - 0,06 г, углеводы - 38 г, калорийность - 139 ккал	200		
6	Хлеб пшеничный пищевая ценность: белки -4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20		
7	Хлеб ржаной пищевая ценность: белки -1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	24		
<b>Итого за обед: белки-42,34, жиры-37,33, углеводы-116,04, калорийность-867,8</b>		877		
<b>Итого за день: белки-71,39, жиры-70,39, углеводы-211,84, калорийность-1513,8</b>		1501		

