

ООО «Феникс Групп»

Наименование

Выход, гр

Цена, руб

ИНН/КПП 1328203167/132601001

Завтрак (нач. кл.)

Республика Мордовия, г.Саранск

Ватрушка с маслом сливочным

10/30

пищевая ценность: белки -1,02 г, жиры - 12,7 г, углеводы - 12 г, калорийность - 131 ккал

2

175

Пудинг творожный со сгущенным молоком

200/20

пищевая ценность: белки -17,3 г, жиры - 9,5 г, углеводы - 23,8 г, калорийность - 283 ккал

3

379

Чай с молоком

200

пищевая ценность: белки -2,04 г, жиры - 0 г, углеводы - 34 г, калорийность - 112 ккал

4

Хлеб пшеничный/ржаной

20/20

пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал

Итого за завтрак: белки-22,76, жиры-22,6, углеводы-82,4, калорийность-589,6

500

Обед (нач. кл.)

1

30

Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным

60

пищевая ценность: белки -0,84 г, жиры - 1,56 г, углеводы - 5,16 г, калорийность - 56 ккал

2

82

Суп картофельный с вермишелью с птицей

200/15

пищевая ценность: белки -4,06 г, жиры - 4,28 г, углеводы - 19,08 г, калорийность - 131 ккал

3

285

Зразы рубленые с соусом

90/30

пищевая ценность: белки -11,2 г, жиры -16,27 г, углеводы - 16,7 г, калорийность - 238 ккал

4

143

Рагу овощное

150

пищевая ценность: белки -6,7 г, жиры - 10,6 г, углеводы - 49,8 г, калорийность - 235 ккал

5

349

Компот из свежих плодов

200

пищевая ценность: белки -0,1 г, жиры - 0 г, углеводы - 15 г, калорийность - 60,4 ккал

6

Хлеб пшеничный/ржаной

20/20

пищевая ценность: белки -3,7 г, жиры - 0,6 г, углеводы - 20,6 г, калорийность - 102,6 ккал

Итого за обед: белки-25,76, жиры-31,75, углеводы-121,18, калорийность-823

785

Полдник (нач. кл.)

1

344

Ватрушка с повидлом

75

пищевая ценность: белки -1,8 г, жиры - 2,3 г, углеводы - 29 г, калорийность - 179 ккал

2

377

Ряженка 2,5%

200

пищевая ценность: белки -5,6 г, жиры - 2,5 г, углеводы - 7,6 г, калорийность - 110 ккал

3

Хлеб пшеничный

25

пищевая ценность: белки -2,4 г, жиры - 0,4 г, углеводы - 12,6 г, калорийность - 63,6 ккал

Итого за полдник: белки-9,8, жиры-5,2, углеводы-49,2, калорийность-352,6

300

Итого за день: белки-58,32, жиры-59,55, углеводы-252,78, калорийность-1765,2

1585

217-85

С

Начальник лагеря
Старший повар