

Утверждаю
Генеральный директор ООО «Манго»
01.09.2024
Согласовано
Директор



**Меню
Завтраки для детей,
обучающихся 1-4 классы,
(7-11 лет)
2024 г.**

Меню ООО «Манго»

01:09:24

№ недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша "Дружба"	220	7,9	8,8	46,9	294,3	190	28
		сладкое	Печенье сахарное "Слободка шахматная"	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21
		гор.напиток	Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	20,5
		хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
		ИТОГО за день :			525	19,20	18,20	128,70	747,80	
1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая вязкая	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	13,3
		2 блюдо	Суфле "Курочка ряба"	80	12,8	9,2	7,4	164,8	ТТК 146	48,8
		хлеб бел.	Батон	39	2,8	0,9	16,7	85,8	ТТК 7	3,9
		гор.напиток	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
		ИТОГО за день :			519	22,60	17,40	62,80	498,30	
1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,8	4,9	35,5	208,9	ТТК 41	12
		гор.блюдо	Котлета домашняя	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	45,2
			Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		гор.напиток	Кофейный напиток	200	2,3	1,6	16,2	86	ТТК 7	11
		хлеб бел.	Батон	53	3,8	1,2	22,7	116,6	ТТК 7	5,3
ИТОГО за день :			523	24,40	17,60	87,00	595,30		75,00	
1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	фрукты	Яблоко	116	0,5	0	11,4	47,3	ТТК 4	22
		гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	210	8,1	10,8	39,9	290	ТТК 26	28,5
			Бутерброд с сыром	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
		гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
		ИТОГО за день :			593	16,40	15,80	90,10	568,60	
1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом	210	6,3	10,2	44,2	285,4	ТТК 27	33
		сладкое	Сырники из творога	45	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	34,5
		гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
		хлеб бел.	Батон	45	3,2	1	19,3	99	ТТК 7	4
		ИТОГО за день :			500	17,70	16,60	94,80	586,00	

День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша "Дружба"	220	7,9	8,8	46,9	294,3	190	28
		сладкое	Печенье сахарное "Слободка шахматная"	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21
		гор.напиток	Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	20,5
		хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
ИТОГО за день :				525	19,20	18,20	128,70	747,80		75,00
2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	2 блюдо	Плов из свинины	200	16	13,7	36,2	342,8	ТТК 462	59,6
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		хлеб черн.	Напиток из сока	200	0	0	23,6	90	185	8,5
			Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,7	1,2	37,3	182	ТТК 202	5,4
ИТОГО за день :				504	22,10	15,80	100,00	636,80		75,00
2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	13
		гор.блюдо	Фрикадельки "Петушок"	70	10	12	6,7	173,1	81/08	40,2
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		хлеб бел.	Комлот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			Батон	38	2,7	0,8	16,3	83,6	ТТК 7	3,8
ИТОГО за день :				508	22,30	19,60	89,20	620,70		75,00
2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		Бутерброд с сыром	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
		гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	210	8,5	9,7	32,3	251	196	28,5
		фрукты	Яблоко	105	0,4	0	10,3	42,8	ТТК 4	19,9
		гор.напиток	Чай с молоком	180	1,4	1,4	14,2	72,9	ТТК 94	8,1
ИТОГО за день :				555	17,90	16,10	80,40	536,90		75,00
2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом	210	7	9,8	38,1	270	ТТК 22	28
		хлеб бел.	Батон	65	4,7	1,4	27,8	143	ТТК 7	6,5
		сладкое	Сырники из творога	45	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	34,5
		гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
		ИТОГО за день :				527	19,90	16,60	92,40	598,00

Утверждаю
Генеральный директор ООО «Манго»

01.09.2024

Согласовано
Директор



**Меню
Обеды для детей,
обучающихся 1-4 классы,
(7-11 лет)
2024 г.**

Меню ООО «Манго»

01.09.24

№ п/п	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена	
1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	210	1,7	5,7	7,6	85,5	ТТК 98	10,5	
		2 блюдо	Котлета из индейки	90	18,2	7,3	12	176,5	ТТК 479	60,5	
		гарнир	Рис припущенный	150	3,5	4,2	35,3	196,5	ТТК 57	16,5	
		напиток	Масло сливочное (порц)	8	0	5,8	0,1	52,8	ТТК 43	9,6	
		хлеб бел.	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК183	9,5	
		ИТОГО за день :			59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,1	3,9	15,1	117,7	ТТК 83	18	
		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	13,8	
		2 блюдо	Суфле "Куручка ряба"	100	16	11,6	9,2	206	ТТК 146	61	
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5	
		хлеб бел.	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13	
		ИТОГО за день :			52	3,7	1,1	22,3	114,4	ТТК 7	5,2
1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с курицей	212,5	8,8	6,5	14,2	151,3	ТТК82	17,5	
		2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	120	18,2	26,2	7,2	337,2	ТТК 386	70,8	
		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	12,8	
		гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6	
		хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,7	1,2	37,3	182	ТТК 202	5,4	
		ИТОГО за день :			775	34,30	23,80	105,10	777,60		112,50
1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	222,5	4,6	7,2	10,5	123,3	ТТК 100	23	
		2 блюдо	Плов из свинины	250	20	17,1	45,2	428,6	ТТК 462	74,5	
		напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5	
		хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5	
				ИТОГО за день :			754	39,10	39,10	111,80	954,40
1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	6,3	4,1	13,2	116	ТТК 92	17	
		2 блюдо	Котлета "Переменка"	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	55	
		гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	19,5	
		напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5	
		хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,7	1	31	151,7	ТТК 202	4,5	
		ИТОГО за день :			728	29,20	25,50	103,30	767,60		112,50
		ИТОГО за день :			735	28,20	29,90	104,60	810,70		112,50

Вид пищи		Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена	
	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп с макаронными изделиями с курицей	212,5	4,8	5,5	13,6	123,3			
		гарнир	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,1	25	178	ТТК 241	14,5	
		2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	302/96	9	
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 234	57,5	
		хлеб бел.	Батон	200	0	0	27,4	110	ТТК 231	1,5	
		ИТОГО за день :				60	4,3	1,3	25,7	132	ТТК 188
2	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	763	29,60	25,40	107,10	773,30		112,50
			2 блюдо	Плов из птицы (индейка)	222,5	4,7	7,2	7,6	111,2	ТТК 98	21
			напиток	Компот из черноплодной рябины	240	20,9	18,1	44,4	424,6	ТТК 145	76,3
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	200	0,3	0,1	20,2	79	ТТК 312	9,5
			ИТОГО за день :				57	6	1,3	39,3	192,1
2	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	222,5	5	7,3	13,9	142,4	ТТК 56	24,5
			2 блюдо	Макароны с курицей	300	27,6	22,2	49,1	506,5	ТТК 471	71,4
			напиток	Компот из яблок	200	0,2	0,1	25,4	99	ТТК 110	11,5
			хлеб бел.	Батон	51	3,7	1,1	21,8	112,2	ТТК 7	5,1
			ИТОГО за день :				774	36,50	30,70	110,20	860,10
2	4	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с курицей	212,5	8,8	6,5	14,2	151,3	ТТК82	17,5
			2 блюдо	Котлета "Нежная"	90	17,6	11	10,7	210	ТТК 270	65,2
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	13
			напиток	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12
			хлеб бел.	Батон	48	3,5	1,1	20,5	105,6	ТТК 7	4,8
			ИТОГО за день :				701	38,40	24,40	111,40	815,90
2	5	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	222,5	4,6	7,2	10,5	123,3	ТТК 100	23
			гарнир	Картофельное пюре	160	3,4	8,8	23,2	201,6	ТТК 20	20,8
			2 блюдо	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	14,5	15,1	15,6	254,1	87/08	47
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	52	5,5	1,2	35,9	175,3	ТТК 202	5,2
			ИТОГО за день :				735	29,00	32,40	112,70	864,30