

Утверждаю  
Генеральный директор ООО «Манго» Р. Р. Латыпов  
31.10.2024



Согласовано  
Директор



# МЕНЮ

Обеды для детей,  
обучающихся 1-4 классы,  
(7-11 лет)

2024 г.

*Weg*

День недели	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 гр	90	18,2	7,3	12	176,5	ТТК 479	60,5
		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	16,5
		напиток	Масло сливочное (порц)	5	0	3,7	0,1	33	ТТК 43	8,5
		хлеб бел.	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12
<b>ИТОГО за день :</b>										
2	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	ТТК 241	15,5
		гарнир	Рис припущенный с овощами	160	4,1	9,8	32,2	234,7	ТТК	21,3
		2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		хлеб бел.	Компот из яблок	200	0,2	0,1	25,4	99	ТТК 110	11,5
<b>ИТОГО за день :</b>										
3	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	ТТК 92	18,5
		2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	110	16,7	24	6,6	309,1	ТТК 386	67,6
		гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7	5,9	42,6	250,6	ТТК 41	17,4
		гор. напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
		хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
<b>ИТОГО за день :</b>										
4	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	24
		2 блюдо	Глов из свинины	250	20	17,1	45,2	428,6	ТТК 462	74,5
		напиток	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК 183	9,5
		хлеб бел.	Батон	45	3,2	1	19,3	99	ТТК 7	4,5
		<b>ИТОГО за день :</b>								
5	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	6,3	4,1	13,2	116	ТТК 92	18
		2 блюдо	Котлета "Переменка"	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	55
		гарнир	Картофельное пюре	190	4	10,5	27,6	239,4	ТТК 20	28,5
		гор. напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
		хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	5
<b>ИТОГО за день :</b>										
<b>ИТОГО за день :</b>										

День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
2	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	ТТК 241	15,5
		гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	16,5
		2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		хлеб бел.	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5



