

Утверждаю

Генеральный директор ООО «Манго» _____ Р.Р. Латыпов

01.10.2024

Согласовано

Директор _____ *Степанова В.С.*



Меню

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

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
1	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	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	16,5
				Масло сливочное (порц)	5	0	3,7	0,1	33	ТТК 43	8,5
			напиток	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12
			хлеб бел.	Батон	45	3,2	1	19,3	99	ТТК 7	4,5
ИТОГО за день :					710	32,10	23,90	107,40	758,50		112,50
1	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	14,5
			гарнир	Каша пшеничная вязкая	180	5,2	8,3	28,6	216	304/ТТК	13,8
			2 блюдо	Суфле "Курочка ряба"	100	16	11,6	9,2	206	ТТК 146	66
			напиток	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	52	5,5	1,2	35,9	175,3	ТТК 202	5,2
ИТОГО за день :					745	31,90	26,70	104,70	790,60		112,50
1	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	ТТК82	17,5
			2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	120	18,2	26,2	7,2	337,2	ТТК 386	71,4
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,8	4,9	35,5	208,9	ТТК 41	14,5
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
			хлеб бел.	Батон	56	4	1,2	24	123,2	ТТК 7	5,6
ИТОГО за день :					739	37,00	38,80	100,90	898,30		112,50
1	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	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 :					728	29,20	25,50	103,30	767,60		112,50
1	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	17
			2 блюдо	Котлета "Переменка"	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	55
			гарнир	Картофельное пюре	160	3,4	8,8	23,2	201,6	ТТК 20	22,9
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	27	111	ТТК 184	12,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	51	5,4	1,1	35,2	171,9	ТТК 202	5,1
ИТОГО за день :					751	28,70	30,60	109,70	844,50		112,50

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
2	1	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	14,5
			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
				Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			хлеб бел.	Батон	60	4,3	1,3	25,7	132	ТТК 7	6
ИТОГО за день :					773	34,80	25,60	120,40	842,80		112,50
2	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	222,5	4,7	7,2	7,6	111,2	ТТК 98	21
			2 блюдо	Плов из птицы (индейка)	240	20,9	18,1	44,4	424,6	ТТК 145	76,3
			напиток	Компот из черноплодной рябины	200	0,3	0,1	20,2	79	ТТК 312	9,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	57	6	1,3	39,3	192,1	ТТК 202	5,7
ИТОГО за день :					720	31,90	26,70	111,50	806,90		112,50
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		112,50
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	65,25
			гарнир	Каша пшеничная вязкая	160	4,8	6,5	26,7	189,9	302/96	12,25
			напиток	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12
			хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
ИТОГО за день :					718	35,50	25,20	105,30	789,20		112,50
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	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	21,5
			2 блюдо	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	14,5	15,1	15,6	254,1	87/08	53,5
			напиток	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК183	9,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	5
ИТОГО за день :					723	29,20	32,10	117,20	882,70		112,50