

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

Утверждаю
Генеральный директор ООО «Манго»


01.09.2024

Р.Р. Латыпов

Согласовано
Директор



Меню ООО «Манго»

01.09.24

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
1	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		75,00
1	2	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		75,00
1	3	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	182	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	4	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		75,00
1	5	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		75,00

Неделя	День недели	Приемы пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно-сть	№ рец.	Цена
2	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	128,70	747,80			75,00
2	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	100,00	636,80			75,00
2	3	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	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			ИТОГО за день :		38	2,7	16,3	83,6			3,8
2	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор блюдо	Булочка с сыром	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
			фрукты	Каша пшеничная молочная с маслом	210	8,5	9,7	32,3	251	196	28,5
			гор напиток	Яблоко	105	0,4	0	10,3	42,8	ТТК 4	19,9
				Чай с молоком	180	1,4	1,4	14,2	72,9	ТТК 94	8,1
			ИТОГО за день :		555	17,90	80,40	536,90			75,00
2	5	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	92,40	598,00			75,00