

Утверждаю

Генеральный директор ООО «Манго» Р.Р. Латыпов

02.12.2024

Согласовано

Директор _____



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	12
			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	17
				Масло сливочное (порц)	5	0	3,7	0,1	33	ТТК 43	9
			напиток	Напиток из сока	200	0	0	23,6	90	185	8,5
			хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
ИТОГО за день :					720	32,60	24,10	105,00	753,50		112,50
1	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,3	4,5	16,6	126,9	ТТК 83	20
			2 блюдо	Плов из свинины	250	20	17,1	45,2	428,6	ТТК 462	75,5
				Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			напиток	Компот из черноплодной рябины	200	0,3	0,1	20,2	79	ТТК 312	9,5
			хлеб бел.	Батон	60	4,3	1,3	25,7	132	ТТК 7	6
ИТОГО за день :					773	30,30	23,90	110,60	788,50		112,50
1	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	6,3	4,1	13,2	116	ТТК 92	20
			2 блюдо	Макароны с курицей	270	24,9	20	44,1	455,8	ТТК 471	71,2
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			хлеб бел.	Батон	48	3,5	1,1	20,5	105,6	ТТК 7	4,8
ИТОГО за день :					768	35,70	25,30	105,30	787,40		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	25
			2 блюдо	Биточки особые	90	12,7	8,3	13,8	179,5	ТТК 236	48,5
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	25
			напиток	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК183	9,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,7	1	31	151,7	ТТК 202	4,5
ИТОГО за день :					708	26,80	25,20	111,90	791,30		112,50
1	5	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	19,5
			2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	90	13,7	19,6	5,4	252,9	ТТК 386	58,5
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,8	4,9	35,5	208,9	ТТК 41	15
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14
			хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
ИТОГО за день :					708	33,00	32,20	107,40	847,10		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 крестьянский с курицей и сметаной	222,5	5,2	7,3	11,4	130,4	134/2004	22
			2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	16
			напиток	Компот из яблок	200	0,2	0,1	25,4	99	ТТК 110	11,5
			хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
ИТОГО за день :					718	33,20	26,00	108,60	790,40		112,50
2	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,3	4,5	16,6	126,9	ТТК 83	20
			2 блюдо	Тефтели с рисом в соусе	140	13,3	17,5	14,1	266,7	ТТК 91	60,5
			гарнир	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,1	25	178	302/96	12
			напиток	Компот из земляники	200	0,2	0,1	31,8	124	ТТК 316	15
			хлеб бел.	Батон	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					753	26,90	29,30	108,90	805,60		112,50
2	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,1	5,8	13,9	116,7	ТТК 56	15,5
			2 блюдо	Плов из птицы (индейка)	240	20,9	18,1	44,4	424,6	ТТК 145	77,2
				Соус красный основной	30	0,2	0,5	1,7	13,2	ТТК 231	0,9
			напиток	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13
			хлеб бел.	Батон	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
ИТОГО за день :					739	27,80	25,80	102,70	754,30		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	19,5
			2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	90	13,7	19,6	5,4	252,9	ТТК 386	58,5
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	16
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14
			хлеб бел.	Батон	45	3,2	1	19,3	99	ТТК 7	4,5
ИТОГО за день :					708	32,60	32,30	105,60	839,00		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	25
			2 блюдо	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	13,1	13,6	14	228,7	87/08	54
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	25
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	5
ИТОГО за день :					713	26,40	30,20	100,80	787,20		112,50

