

Утверждаю

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

04.03.2024



Согласовано

Директор _____

Меню

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

2024 г.

Меню ООО «Манго»

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	Суп с макаронными изделиями с курицей	212,5	4,8	5,5	13,6	123,3	ТТК 241	15,5
			гарнир	Каша пшеничная вязкая	160	4,8	6,5	26,7	189,9	302/96	9,05
			2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
			напиток	Сок	190	0	0	26	104,5	ТТК 188	22,8
			хлеб бел.	Батон	53	3,8	1,2	22,7	116,6	ТТК 7	3,15
ИТОГО за день :					706	29,00	24,80	101,50	742,30		108,00
1	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп крестьянский с курицей	212,5	4,9	5,8	11	114,2	134/2004	18
			2 блюдо	Плов из птицы (индейка)	240	20,9	18,1	44,4	424,6	ТТК 145	74,4
			напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5
			хлеб	Булочка зерновая	56	4,4	1,8	27,8	144,8	542/16	6,1
ИТОГО за день :					709	30,80	25,70	107,30	778,30		108,00
1	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с мясом индейки	212,5	8,3	5,7	15,6	148	ТТК82	18
			2 блюдо	Макароны с курицей	280	25,8	20,7	45,8	472,7	ТТК 471	69,4
			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	4,1
ИТОГО за день :					745	40,60	27,70	124,80	906,00		108,00
1	4	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	Суфле "Курочка ряба"	90	14,4	10,4	8,3	185,4	ТТК 146	55,8
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	14
			напиток	Компот из яблок	200	0,2	0,1	25,4	99	ТТК 110	10,5
			хлеб бел.	Батон	54	3,9	1,2	23,1	118,8	ТТК 7	3,2
ИТОГО за день :					717	31,70	24,80	106,50	777,60		108,00
1	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
			гарнир	Картофельное пюре	160	3,4	8,8	23,2	201,6	ТТК 20	19,7
			2 блюдо	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	13,1	13,6	14	228,7	87/08	42,3
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14,5
			хлеб	Булочка зерновая	60	4,8	1,9	29,8	155,1	542/16	6,5
ИТОГО за день :					733	26,60	31,50	106,30	821,70		108,00

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 картофельный с горохом с курицей	212,5	8,8	6,5	14,2	151,3	ТТК82	18
			2 блюдо	Фрикадельки "Петушок"	100	14,3	17,1	9,5	247,3	81/08	58
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,8	4,9	35,5	208,9	ТТК 41	11,5
			напиток	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	4
ИТОГО за день :					713	35,20	29,70	121,20	886,00		108,00
2	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250	6,3	4,1	13,2	116	ТТК 92	18,5
			2 блюдо	Котлета "Переменка"	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	55
			гарнир	Картофель тушеный	150	3	11	21,7	200	ТТК 309	18,5
			напиток	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12,5
			хлеб бел.	Батон	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	3,5
ИТОГО за день :					749	26,80	32,80	101,50	806,80		108,00
2	3	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	12,5
			2 блюдо	Котлета из индейки	90	18,2	7,3	12	158,5	ТТК 479	59,5
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	14
				Масло сливочное (порц)	5	0	3,7	0,1	33	ТТК 43	5,5
			напиток	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	12,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	4
ИТОГО за день :					705	33,80	23,70	107,40	747,50		108,00
2	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	Плов из свинины	240	19,2	16,4	43,4	411,4	ТТК 462	69,1
			напиток	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК183	10,5
			хлеб бел.	Батон	57	4,1	1,3	24,4	125,4	ТТК 7	3,4
ИТОГО за день :					720	29,50	25,30	113,10	807,90		108,00
2	5	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	Горбуша, тушеная в томате с овощами	100	11,6	7,5	4,5	132	ТТК 60	45,5
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	18,5
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	63	6,6	1,4	43,5	212,4	ТТК 202	5
ИТОГО за день :					736	27,10	24,50	112,50	788,80		108,00