

Утверждаю
02.12.2024

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



Согласовано
Директор _____

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

Меню ООО «Манго»

01.12.24

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 пшеничная молочная	210	8,7	8	45,4	287,7	302/04	28,3
			сладкое	Печенье "Школьная шпиргалочка"	50	3,8	8	33,5	220	Гот.изд	21
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	20,5
			хлеб бел.	Батон	52	3,7	1,1	22,3	114,4	ТТК 7	5,2
ИТОГО за день :					512	19,80	19,80	124,10	749,10		75,00
1	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша пшенная вязкая	160	4,6	7,4	25,4	192	304/ТТК	12,8
			гор.блюдо	Биточек	70	12,5	9,6	11,5	181,2	ТТК 451	49,7
				Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
	хлеб бел.	Батон	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5		
ИТОГО за день :					537	21,30	19,00	76,40	566,30		75,00
1	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша "Дружба"	200	7,2	8	42,6	267,6	190	29,5
			хлеб	Пирожок печеный с яйцом	75	7,2	7	24,8	192	ТТК 50	17
			фрукты	Яблоко	103	0,4	0	10,1	42	ТТК 4	19,5
			гор.напиток	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
ИТОГО за день :					578	16,30	16,60	93,30	582,60		75,00
1	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая вязкая	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	17,3
			гор.блюдо	Фрикадельки "Петушок"	60	8,6	10,3	5,7	148,4	81/08	39,9
			хлеб бел.	Батон	53	3,8	1,2	22,7	116,6	ТТК 7	5,3
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	27	111	ТТК 184	12,5
ИТОГО за день :					517	18,80	17,50	80,00	551,50		75,00
1	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом	200	6,7	9,3	36,3	257,1	ТТК 22	32
			сладкое	Сырники из творога	50	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	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					500	18,50	15,80	89,00	568,70		75,00

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
2	1	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	39
			сладкое	Печенье "Школьная шпиргалочка"	50	3,8	8	33,5	220	Гот.изд	21
			хлеб бел.	Батон	40	2,9	0,9	17,1	88	ТТК 7	4
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	2,3	1,6	16,2	86	182	11
ИТОГО за день :					500	15,30	20,70	111,00	679,40		75,00
2	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,8	4,9	35,5	208,9	ТТК 41	15
			гор.блюдо	Котлета домашняя	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	47,4
				Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			хлеб бел.	Батон	51	3,7	1,1	21,8	112,2	ТТК 7	5,1
			гор.напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
ИТОГО за день :					528	22,20	15,90	85,10	566,00		75,00
2	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная	230	9,6	8,8	49,7	315,1	302/04	31
			сладкое	Ватрушка наливная	75	6,4	10,3	39,5	278,3	355	15,3
			фрукты	Яблоко	104	0,4	0	10,2	42,4	ТТК 4	19,7
			гор.напиток	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
ИТОГО за день :					609	17,90	20,70	115,20	716,80		75,00
2	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая вязкая	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	17,3
			гор.блюдо	Фрикадельки "Петушок"	60	8,6	10,3	5,7	148,4	81/08	39,9
			хлеб бел.	Батон	53	3,8	1,2	22,7	116,6	ТТК 7	5,3
			напиток	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	27	111	ТТК 184	12,5
ИТОГО за день :					520	21,60	18,50	98,40	644,90		75,00
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	200	7,7	10,3	38	276,2	ТТК 26	32
			сладкое	Сырники из творога	50	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	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					500	19,50	16,80	90,70	587,80		75,00