

Утверждено  
Генеральный директор ООО «Манюх»

*И.И. Иванов*

01.09.2024

Согласовано  
Директор



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

Неделя	День недели	Принем пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно-сть	№ 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	Рис припущенный	150	3,5	4,2	35,3	196,5	ТТК 57	16,5
			напиток	Масло сливочное (порц)	8	0	5,8	0,1	52,8	ТТК 43	9,6
			хлеб бел.	Компот из сухофруктов	200	1,6	0,4	34,8	147,8	ТТК 183	9,5
				Батон	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
<b>ИТОГО за день :</b>											
1	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,1	3,9	15,1	117,7	ТТК 83	18
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	13,8
			2 блюдо	Суфле "Куричка ряба"	100	16	11,6	9,2	206	ТТК 146	61
			напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			хлеб бел.	Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13
				Батон	52	3,7	1,1	22,3	114,4	ТТК 7	5,2
<b>ИТОГО за день :</b>											
1	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Суп картофельный с горохом с курицей	775	34,30	23,80	105,10	777,60		112,50
			2 блюдо	Бефстроганов (филе куриное)	212,5	8,8	6,5	14,2	151,3	ТТК 82	17,5
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	120	18,2	26,2	7,2	337,2	ТТК 386	70,8
			гор.напиток	Чай с лимоном	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	12,8
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
				Батон	54	5,7	1,2	37,3	182	ТТК 202	5,4
<b>ИТОГО за день :</b>											
1	4	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	754	39,10	39,10	111,80	954,40		112,50
			2 блюдо	Плов из свинины	222,5	4,6	7,2	10,5	123,3	ТТК 100	23
			напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	250	20	17,1	45,2	428,6	ТТК 462	74,5
			хлеб бел.	Батон	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5
							Батон	55	4	1,2	23,5
<b>ИТОГО за день :</b>											
1	5	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо	Уха со взбитым яйцом (минтай)	728	29,20	25,50	103,30	767,60		112,50
			2 блюдо	Котлета "Переменка"	250	6,3	4,1	13,2	116	ТТК 92	17
			гарнир	Картофельное пюре	90	13	16,4	11,1	244	ТТК 466	55
			напиток	Компот из кураги	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	19,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
				Батон	45	4,7	1	31	151,7	ТТК 202	4,5
<b>ИТОГО за день :</b>											
<b>ИТОГО за день :</b>											
<b>ИТОГО за день :</b>											

№ недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рец.	Цена
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 пшеничная вязкая	150	4,5	6,1	25	178	302/96	9
		2 блюдо	Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
		напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
		хлеб бел.	Сок	200	0	0	27,4	110	ТТК 188	24
			Батон	60	4,3	1,3	25,7	132	ТТК 7	6
<b>ИТОГО за день :</b>										
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	
<b>ИТОГО за день :</b>										
2	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	
<b>ИТОГО за день :</b>										
2	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	ТТК 82	17,5
2 блюдо		Котлета "Нежная"	90	17,6	11	10,7	210	ТТК 270	65,2	
гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	13	
напиток		Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12	
		хлеб бел.	Батон	48	3,5	1,1	20,5	105,6	ТТК 7	4,8
<b>ИТОГО за день :</b>										
2	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	160	3,4	8,8	23,2	201,6	ТТК 20	20,8	
2 блюдо		Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	14,5	15,1	15,6	254,1	87/08	47	
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	5,2
<b>ИТОГО за день :</b>										
<b>ИТОГО за день :</b>										