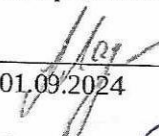


Утверждаю
Генеральный директор ООО «Манго»


01.09.2024

Согласовано
Директор



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

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	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 "Дружба"							
			сладкое	Печенье сахарное "Слободка шахматная"	220	7,9	8,8	46,9	294,3	190	28
			гор.напиток	Какао с молоком	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21
			хлеб бел.	Батон	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	20,5
ИТОГО за день :					55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
2	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	2 блюдо	Плов из свинины	525	19,20	18,20	128,70	747,80		75,00
				Соус красный основной	200	16	13,7	36,2	342,8	ТТК 462	59,6
			напиток	Напиток из сока	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	200	0	0	23,6	90	185	8,5
ИТОГО за день :					54	5,7	1,2	37,3	182	ТТК 202	5,4
2	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	504	22,10	15,80	100,00	636,80		75,00
			гор.блюдо	Фрикадельки "Петушок"	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	13
				Соус красный основной	70	10	12	6,7	173,1	81/08	40,2
			напиток	Компот из кураги	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			хлеб бел.	Батон	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
ИТОГО за день :					38	2,7	0,8	16,3	83,6	ТТК 7	3,8
2	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		Бутерброд с сыром	508	22,30	19,60	89,20	620,70		75,00
			гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
			фрукты	Яблоко	210	8,5	9,7	32,3	251	196	28,5
			гор.напиток	Чай с молоком	105	0,4	0	10,3	42,8	ТТК 4	19,9
ИТОГО за день :					180	1,4	1,4	14,2	72,9	ТТК 94	8,1
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша манная молочная с маслом	555	17,90	16,10	80,40	536,90		75,00
			хлеб бел.	Батон	210	7	9,8	38,1	270	ТТК 22	28
			сладкое	Сырники из творога	65	4,7	1,4	27,8	143	ТТК 7	6,5
			гор.напиток	Чай с лимоном	45	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	34,5
ИТОГО за день :					207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
					527	19,90	16,60	92,40	598,00		75,00