

Утверждено  
Генеральный директор ООО «Манго» Р.Р. Латыпов  
02.12.2024



Согласовано  
Директор *М. И. Курманова*



# 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	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		
				напиток	Масло сливочное (порц)	5	0	3,7	0,1	33	ТТК 43	9		
				хлеб бел.	Напиток из сока	200	0	0	23,6	90	185	8,5		
					Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5		
			<b>ИТОГО за день :</b>		<b>720</b>	<b>32,60</b>	<b>24,10</b>	<b>105,00</b>	<b>753,50</b>		<b>112,50</b>			
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		
				напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5		
				хлеб бел.	Компот из черноплодной рябины	200	0,3	0,1	20,2	79	ТТК 312	9,5		
					Батон	60	4,3	1,3	25,7	132	ТТК 7	6		
						<b>ИТОГО за день :</b>		<b>773</b>	<b>30,30</b>	<b>23,90</b>	<b>110,60</b>	<b>788,50</b>		<b>112,50</b>
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		
						<b>ИТОГО за день :</b>		<b>768</b>	<b>35,70</b>	<b>25,30</b>	<b>105,30</b>	<b>787,40</b>		<b>112,50</b>
				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
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	ТТК 183	9,5		
хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	45	4,7					1	31	151,7	ТТК 202	4,5		
		<b>ИТОГО за день :</b>						<b>708</b>	<b>26,80</b>	<b>25,20</b>	<b>111,90</b>	<b>791,30</b>		<b>112,50</b>
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	ТТК 82	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		
						<b>ИТОГО за день :</b>		<b>708</b>	<b>33,00</b>	<b>32,20</b>	<b>107,40</b>	<b>847,10</b>		<b>112,50</b>



Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рец.	Цена
2	1	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Суп крестьянский с курицей и сметаной	222,5	5,2	7,3	11,4	130,4	134/2004	22
				Котлета домашняя	90	15,6	11,6	12,5	208	ТТК 234	57,5
				Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	16
				Компот из яблок	200	0,2	0,1	25,4	99	ТТК 110	11,5
				Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
				<b>ИТОГО за день :</b>	<b>718</b>	<b>33,20</b>	<b>26,00</b>	<b>108,60</b>	<b>790,40</b>		<b>112,50</b>
2	2	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	212,5	5,3	4,5	16,6	126,9	ТТК 83	20
				Тфтели с рисом в соусе	140	13,3	17,5	14,1	266,7	ТТК 91	60,5
				Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,1	25	178	302/96	12
				Компот из земляники	200	0,2	0,1	31,8	124	ТТК 316	15
				Батон	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
				<b>ИТОГО за день :</b>	<b>753</b>	<b>26,90</b>	<b>29,30</b>	<b>108,90</b>	<b>805,60</b>		<b>112,50</b>
2	3	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб бел.	Рассольник Ленинградский со сметаной	210	2,1	5,8	13,9	116,7	ТТК 56	15,5
				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
				Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13
				Батон	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
				<b>ИТОГО за день :</b>	<b>739</b>	<b>27,80</b>	<b>25,80</b>	<b>102,70</b>	<b>754,30</b>		<b>112,50</b>
2	4	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Суп картофельный с горохом с курицей	212,5	8,8	6,5	14,2	151,3	ТТК 82	19,5
				Бефстроганов (филе куриное)	90	13,7	19,6	5,4	252,9	ТТК 386	58,5
				Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	16
				Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14
				Батон	45	3,2	1	19,3	99	ТТК 7	4,5
				<b>ИТОГО за день :</b>	<b>708</b>	<b>32,60</b>	<b>32,30</b>	<b>105,60</b>	<b>839,00</b>		<b>112,50</b>
2	5	Обед детей, обучающихся в 1-4 классах	1 блюдо 2 блюдо гарнир гор. напиток хлеб черн.	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	222,5	4,6	7,2	10,5	123,3	ТТК 100	25
				Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	13,1	13,6	14	228,7	87/08	54
				Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189	ТТК 20	25
				Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
				Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	5,3	1,1	34,5	168,5	ТТК 202	5
				<b>ИТОГО за день :</b>	<b>713</b>	<b>26,40</b>	<b>30,20</b>	<b>100,80</b>	<b>787,20</b>		<b>112,50</b>