

Утверждено
Директор ООО «Манго»
08.04.2025

Р.Р. Латыпов

Согласовано
Директор

М.И. Рудольская



Меню

завтраки для детей, обучающихся 1-4

Классы,

(7-11 лет)

2025 г.

Меню ООО «Манго»

01.01.25

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рец.	Цена
1	1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо сладкое гор.напиток хлеб бел.	Каша пшеничная молочная	230	9,6	8,8	49,7	315,1	302/04	33,9
				Печенье "Школьная шаргалочка"	50	3,8	8	33,5	220	Гот.изд	21
				Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	21
				Батон	51	3,7	1,1	21,8	112,2	ТТК 7	5,1
ИТОГО за день :					531	20,70	127,90	774,30		81,00	
1	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир 2 блюдо напиток хлеб бел.	Каша пшеничная вязкая	180	5,2	8,3	28,6	216	304/ТТК	16,2
				Котлета домашняя	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	49,7
				Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5
				Батон	56	4	1,2	24	123,2	ТТК 7	5,6
ИТОГО за день :					506	21,90	86,40	595,70		81,00	
1	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб фрукты гор.напиток	Каша "Дружба"	200	7,2	8	42,6	267,6	190	32
				Пирожок печеный с яйцом	75	7,2	7	24,8	192	ТТК 50	18
				Яблоко	110	0,4	0	10,8	44,9	ТТК 4	22
				Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
ИТОГО за день :					585	16,30	94,00	585,50		81,00	
1	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир гор.блюдо напиток хлеб бел.	Каша гречневая вязкая	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	18,6
				Фрикадельки "Петушок"	60	8,6	10,3	5,7	148,4	81/08	43
				Компот из яблок и черноплodной рябины	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13,5
				Батон	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
ИТОГО за день :					519	18,70	71,30	514,90		81,00	
1	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо сладкое гор.напиток хлеб бел.	Каша манная молочная с маслом	210	7	9,8	38,1	270	ТТК 22	36,5
				Сырники из творога	50	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	36
				Чай с сахаром	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
				Батон	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
ИТОГО за день :					510	18,80	90,80	581,60		81,00	

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рец.	Цена
2	1		гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом	215	6,5	10,4	45,3	292,2	ТТК 27	43,5

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	сладкое хлеб бел. гор. напиток	Печенье "Школьная шаргалочка" Батон Кофейный напиток	50	3,8 4 2,3	8 1,2 1,6	33,5 23,5 16,2	220 121 86	Гот. изд ТТК 7 182	21
2	ИТОГО за день :		520	16,60	21,20	118,50	719,20		81,00
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор. блюдо	Котлета домашняя	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	50,3
	гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	160	6,2	5,2	37,9	222,8	ТТК 41	17,6
	хлеб бел.	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	2
	гор. напиток	Батон Чай с лимоном	51 207	3,7 0,2	1,1 0	21,8 15,2	112,2 61,1	ТТК 7 ТТК 93	5,1 6
2	ИТОГО за день :		538	22,60	16,20	87,50	579,90		81,00
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор. блюдо	Каша пшеничная молочная	230	9,6	8,8	49,7	315,1	302/04	33,9
	сладкое	Ватрушка наливная	75	6,4	10,3	39,5	278,3	355	16,1
	фрукты	Яблоко	110	0,4	0	10,8	44,9	ТТК 4	22
	гор. напиток	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
2	ИТОГО за день :		615	17,90	20,70	115,80	719,30		81,00
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,7	6,2	38,2	247,5	ТТК 21	18,1
	гор. блюдо	Фрикадельки "Петушок"	60	8,6	10,3	5,7	148,4	81/08	43
	хлеб бел.	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	2
	напиток	Батон Компот из изюма	54 200	3,9 0,3	1,2 0	23,1 30,2	118,8 117	ТТК 7 ТТК 183	5,4 12,5
2	ИТОГО за день :		524	21,90	18,60	100,10	653,70		81,00
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор. блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	210	8,1	10,8	39,9	290	ТТК 26	37
	сладкое	Сырники из творога	50	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	36
	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	4,5
2	ИТОГО за день :		505	19,50	17,20	90,50	590,60		81,00

2025 г.