



Утверждаю

Генеральный директор ООО «Матер»

Р.Р. Лагипов

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 :											
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 "Куричка 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 :											
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
			гор.напиток	Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
			хлеб бел.	Батон	200	2,3	1,6	16,2	86	182	11
ИТОГО за день :											
1	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	фрукты	Яблоко	523	24,40	17,60	87,00	595,30		75,00
			гор.блюдо	Каша пшенная молочная с маслом	116	0,5	0	11,4	47,3	ТТК 4	22
			гор.напиток	Бутерброд с сыром	210	8,1	10,8	39,9	290	ТТК 26	28,5
			гор.напиток	Чай с лимоном	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
ИТОГО за день :											
1	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом	593	16,40	15,80	90,10	568,60		75,00
			сладкое	Сырники из творога	210	6,3	10,2	44,2	285,4	ТТК 27	33
			гор.напиток	Чай с сахаром	45	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	34,5
			хлеб бел.	Батон	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
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 сладкое гор.напиток хлеб бел.	Каша "Дружба"	220	7,9	8,8	46,9	294,3	190	28
				Печенье сахарное "Слободка шахматная"	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21
				Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	20,5
				Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5
2	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо напиток хлеб черн.	ИТОГО за день :							
				2 блюдо	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 из сока	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
2	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо напиток хлеб бел.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	54	5,7	1,2	23,6	90	185	8,5
				ИТОГО за день :							
				гарнир	504	22,10	15,80	100,00	636,80		5,4
				Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232	ТТК 21	13
2	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо фрукты гор.напиток	Фрикадельки "Петушок"	70	10	12	6,7	173,1	81/08	40,2
				Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	1,5
				Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110	ТТК 33	16,5
				Батон	38	2,7	0,8	16,3	83,6	ТТК 7	3,8
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб бел. сладкое гор.напиток	ИТОГО за день :							
				Бутерброд с сыром	508	22,30	19,60	89,20	620,70		75,00
				Каша пшеничная молочная с маслом	60	7,6	5	23,6	170,2	3	18,5
				Яблоко	210	8,5	9,7	32,3	251	196	28,5
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб бел. сладкое гор.напиток	Чай с молоком	105	0,4	0	10,3	42,8	ТТК 4	19,9
				ИТОГО за день :							
				Каша манная молочная с маслом	180	1,4	1,4	14,2	72,9	ТТК 94	8,1
				Батон	555	17,90	16,10	80,40	536,90		75,00
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб бел. сладкое гор.напиток	Сырники из творога	210	7	9,8	38,1	270	ТТК 22	28
				Чай с лимоном	65	4,7	1,4	27,8	143	ТТК 7	6,5
				ИТОГО за день :							
				Чай с лимоном	45	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	34,5
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб бел.	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
				ИТОГО за день :							
2	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах	гор.блюдо хлеб бел.	Чай с лимоном	527	19,90	16,60	92,40	598,00		75,00
				ИТОГО за день :							