



Утверждено
Генеральный директор ООО «Манго»
04.03.2024

Согласовано Директор
Директор

Н.М. Абдулова

Меню

завтраки 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	Калорийно-сть	№ рец.	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом	210	6,3	10,2	44,2	285,4	ТТК 27	29
			сладкое	Печенье сахарное "Творожное"	50	4	8,4	32,3	220	Гот. изд.	21
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	17,5
			хлеб	Булочка зерновая	41	3,3	1,3	20,4	106	542/16	4,5
ИТОГО за день :											
1	2	Завтрак	гарнир	Каша гречневая вязкая	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	13,3
			2 блюдо	Суфле "Куручка ряба"	75	12	8,7	6,9	154,5	ТТК 146	46,5
			хлеб черн.	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	53	5,6	1,2	36,6	178,7	ТТК 202	4,2
			гор.напиток	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	8
ИТОГО за день :											
1	3	Завтрак	гарнир	Каша пшеничная вязкая	200	6	8,1	33,3	237,3	302/96	11,3
			гор.блюдо	Котлета домашняя	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	45,2
			напиток	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5
			хлеб	Булочка зерновая	55	4,4	1,8	27,3	142,2	542/16	6
ИТОГО за день :											
1	4	Завтрак	фрукты	Яблоко	120	0,5	0	11,8	49	ТТК 4	19
			гарнир	Макароны с сыром	175	10,1	9,2	37,9	275,5	ТТК 42	26,5
			гор.напиток	Бутерброд с сыром	60	7,6	5	23,6	170,2	3	16,5
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	2,3	1,6	16,2	86	182	10
ИТОГО за день :											
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	210	8,1	10,8	39,9	290	ТТК 26	25
			сладкое	Сырники из творога	50	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	30
			напиток	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113	ТТК 160	14,5
			хлеб бел.	Батон	42	3	0,9	18	92,4	ТТК 7	2,5
ИТОГО за день :											
ИТОГО за день :											

