

Утверждено  
Директор ООО «Манго»  
08.01.2025  
Сотласовано  
Директор



# Меню

## Завтраки для детей, обучающихся 1-4

классы,

(7-11 лет)

2025 г.

Неделя	недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рец.	Цена
1	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гор.блюдо	230	9,6	8,8	49,7	315,1	302/04	33,9
				сладкое	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21
				гор.напиток	200	3,6	2,7	22,9	127	ТТК 16	21
				хлеб бел.	51	3,7	1,1	21,8	112,2	ТТК 7	5,1
<b>ИТОГО за День :</b>					<b>531</b>	<b>20,60</b>	<b>18,10</b>	<b>129,80</b>	<b>759,80</b>		<b>81,00</b>
1	2	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гарнир	180	5,2	8,3	28,6	216	304/ТТК	16,2
				гор.блюдо	70	12,1	9	9,7	161,8	ТТК 234	49,7
				напиток	200	0,6	0	24,1	94,7	473/16	9,5
				хлеб бел.	56	4	1,2	24	123,2	ТТК 7	5,6
<b>ИТОГО за День :</b>					<b>506</b>	<b>21,90</b>	<b>18,50</b>	<b>86,40</b>	<b>595,70</b>		<b>81,00</b>
1	3	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гор.блюдо	200	7,2	8	42,6	267,6	190	32
				хлеб	75	7,2	7	24,8	192	ТТК 50	18
				фрукты	110	0,4	0	10,8	44,9	ТТК 4	22
				гор.напиток	200	1,5	1,6	15,8	81	ТТК 94	9
<b>ИТОГО за День :</b>					<b>585</b>	<b>16,30</b>	<b>16,60</b>	<b>94,00</b>	<b>585,50</b>		<b>81,00</b>
1	4	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гарнир	200	5,5	5,7	22,9	166,7	ТТК 191	18,6
				гор.блюдо	60	8,6	10,3	5,7	148,4	81/08	43
				напиток	200	0,4	0,1	17,4	70	ТТК 313	13,5
				хлеб бел.	59	4,2	1,3	25,3	129,8	ТТК 7	5,9
<b>ИТОГО за День :</b>					<b>519</b>	<b>18,70</b>	<b>17,40</b>	<b>71,30</b>	<b>514,90</b>		<b>81,00</b>
1	5	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гор.блюдо	210	7	9,8	38,1	270	ТТК 22	36,5
				сладкое	50	8	5,4	11,3	123,9	ТТК 506	36
				гор.напиток	200	0,2	0	20	77,7	ТТК 95	3,5
				хлеб бел.	50	3,6	1,1	21,4	110	ТТК 7	5
<b>ИТОГО за День :</b>					<b>510</b>	<b>18,80</b>	<b>16,30</b>	<b>90,80</b>	<b>581,60</b>		<b>81,00</b>

Меню ООО «Манго»

08.01.25

Неделя	День недели	Принем пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рец.	Цена		
2	1	Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах		гор.блюдо	Каша рисовая молочная с маслом	215	6,5	10,4	45,3	292,2	ТТК 27	43,5	
				сладкое	Печенье сахарное "Слободака шахматная"	50	3,7	5,5	35,4	205,5	Гот. изд.	21	
				гор. напиток	Кофейный напиток	200	2,3	1,6	16,2	86	182	11	
				хлеб бел.	Батон	55	4	1,2	23,5	121	ТТК 7	5,5	
				<b>ИТОГО за День :</b>				<b>520</b>	<b>16,50</b>	<b>18,70</b>	<b>120,40</b>	<b>704,70</b>	
2	2	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	
					Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	2	
					хлеб бел.	Батон	51	3,7	1,1	21,8	112,2	ТТК 7	5,1
					гор. напиток	Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	61,1	ТТК 93	6
<b>ИТОГО за День :</b>				<b>538</b>	<b>22,60</b>	<b>16,20</b>	<b>87,50</b>	<b>579,90</b>		<b>81,00</b>			
2	3	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	
				<b>ИТОГО за День :</b>				<b>615</b>	<b>17,90</b>	<b>20,70</b>	<b>115,80</b>	<b>719,30</b>	
2	4	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	
					Соус красный основной	50	0,4	0,9	2,9	22	ТТК 231	2	
					хлеб бел.	Батон	54	3,9	1,2	23,1	118,8	ТТК 7	5,4
					напиток	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117	ТТК 183	12,5
<b>ИТОГО за День :</b>				<b>524</b>	<b>21,90</b>	<b>18,60</b>	<b>100,10</b>	<b>653,70</b>		<b>81,00</b>			
2	5	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
				<b>ИТОГО за День :</b>				<b>505</b>	<b>19,50</b>	<b>17,20</b>	<b>90,50</b>	<b>590,60</b>	