

Утверждаю
Генеральный директор ООО «Манго» _____



Согласовано
Директор _____

Меню 1 (первая) смена Весенне-летний сезон 7-11 лет



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	-------	------	-----------	----------------------

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

1 день 75 руб

92/ТТК	Уха со взбитым яйцом (минтай)	250/12,5	6,3	4,1	13,2	116
20/ТТК	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189
79/ТТК	Сарделька отварная	70	8,4	15,4	2,1	175
184/ТТК	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	27	111
202/ТТК	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	60	1,4	1	33,7	151,1
ИТОГО :		742,5	19,90	29,00	97,80	742,10

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

2 день 75 руб

98/ТТК	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2	6,3	8,6	100
51/ТТК	Плов из птицы	250	18,3	14,1	50,4	406
7/ТТК	Батон (хлеб)	50	3,6	0,8	21,4	110
160/ТТК	Компот из изюма и кураги	200	0,7	0	28,8	113
53/ТТК	Помидор свежий	20	0,2	0	0,8	2,8
ИТОГО :		830	24,80	21,20	110,00	731,80

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

3 день 75 руб

100/ТТК	Борщ из свежей капусты с курицей со сметаной	250/12,5/10	8,5	8,5	11,7	157
21/ТТК	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232
91/ТТК	Тефтели с рисом в соусе	60/50	7	10	9	154
447/ТТК	Огурец соленый (гарнировка)	19	0,2	1,9	0,3	2,1
483/ТТК	Компот из кураги с тыквой	200	0,5	0,1	27,8	109
7/ТТК	Батон (хлеб)	50	3,6	0,8	21,4	110
ИТОГО :		801,5	28,00	27,10	106,00	764,10

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

4 день 75 руб

82/ТТК	Суп картофельный с горохом с курицей	250/12,5	8,2	5,8	17,7	157
57/ТТК	Рис припущенный	150	3,5	4,2	35,3	196,5
270/ТТК	Котлета "Нежная"	60	11,7	7,3	7,1	140

187/ТТК	Компот из вишни	200	0,2	0	23,7	92
202/ТТК	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	1,2	0,9	28,1	125,9
45/ТТК	Огурец свежий	28	0,2	0	1	4,5
ИТОГО :		750,5	25,00	18,20	112,90	715,90

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

5 день

75 руб

81/ТТК	Суп из овощей	250	1,9	4,6	10,3	91
41/ТТК	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,4	33,3	198
97/ТТК	Шницель н/р	60	12	12,6	0	162
7/ТТК	Батон (хлеб)	65	4,7	1	27,8	143
95/ТТК	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,7	53
118/ТТК	Салат из квашеной капусты с яблоками	75	1	3,8	6,7	65,3
ИТОГО :		800	25,30	26,40	91,80	712,30



Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------------	-------------------	---------	-------	------	-----------	----------------------

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

6 день 75 руб

100/ТТК	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2	6,3	12,2	113
57/ТТК	Рис припущенный	150	3,5	4,2	35,3	196,5
225/ТТК	Филе грудки куриной тушенное в сметанном соусе	50/50	14,5	3,5	2,5	125
202/ТТК	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	60	1,4	1	33,7	151,1
35/ТТК	Компот из яблок и апельсин	200	0,3	0,1	30,9	121
447/ТТК	Огурец соленый (гарнировка)	10	0,1	1	0,2	1,1
ИТОГО :		780	21,80	16,10	114,80	707,70

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

7 день 75 руб

241/ТТК	Суп с макаронными изделиями с курицей	250/12,5	4,8	14,8	15,8	140
21/ТТК	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	5,8	35,8	232
91/ТТК	Тефтели с рисом в соусе	60/50	7	10	9	154
7/ТТК	Батон (хлеб)	50	3,6	0,8	21,4	110
184/ТТК	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	27	111
45/ТТК	Огурец свежий	36	0,3	0	1,2	5,8
ИТОГО :		808,5	24,50	31,60	110,20	752,80

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

8 день 75 руб

56/ТТК	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,4	6,5	15,7	133
41/ТТК	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,4	33,3	198
87/2008, Ижевск	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	100	14,5	15,1	15,6	254,1
33/ТТК	Компот из кураги	200	1	0,1	27,5	110
202/ТТК	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	1,2	0,9	28,1	125,9
447/ТТК	Огурец соленый (гарнировка)	22	0,2	2,2	0,4	2,4
ИТОГО :		782	24,80	29,20	120,60	823,40

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

9 день

75 руб

82/ТТК	Суп картофельный с горохом	250	7,3	6,2	17,7	157
447/ТТК	Огурец соленый (гарнировка)	24	0,2	2,4	0,4	2,6
15/ТТК	Запеканка картофельная с мясом	170	17	16,7	28	336,6
187/ТТК	Компот из вишни	200	0,2	0	23,7	92
7/ТТК	Батон (хлеб)	60	4,3	1	25,7	132
ИТОГО :		704	29,00	26,30	95,50	720,20

Питание детей, обучающихся 1-4 классах на сумму

10 день

75 руб

83/ТТК	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,7	3	18,8	115
224/ТТК	Мясо по-албански (грудка куриная)	70	15,4	13,8	2,3	196
302/2004	Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,1	25	178
183/ТТК	Компот из изюма	200	0,3	0	30,2	117
202/ТТК	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	1,2	0,9	28,1	125,9
45/ТТК	Огурец свежий	19	0,2	0	0,6	3
ИТОГО :		739	24,30	23,80	105,00	734,90