

Утверждаю

Генеральный директор ООО «Манго»  В.Р. Латыпов

29.01.2024

Согласовано

Директор _____

Меню
Комплекс ОВЗ
(льготное питание)
для детей 7-11 лет
2024 г.

МЕНЮ
Комплекс ОВЗ на сумму 128,12 руб

Номер сборника рецептов	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
1 день <i>Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание</i>							
ТТК 241	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	15,5	4,8	5,5	13,6	123,3
302/96	Каша пшеничная вязкая	160	8,5	4,8	6,5	26,7	189,9
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 7	Батон	60	3,62	4,3	1,3	25,7	132
302	Каша рисовая молочная	200	23,5	5,5	6,4	38,8	236
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		1 173	128,12	39,10	32,40	188,90	1 193,90
2 день <i>Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание</i>							
134	Суп крестьянский с курицей	200/12,5	17,5	4,9	5,8	11	114,2
ТТК 145	Плов из птицы (индейка)	220	68,2	19,1	16,6	40,7	389,2
ТТК 110	Компот из яблок	200	10,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
302	Каша манная молочная	210	21	7,6	6,8	39,4	249,9
ТТК 7	Батон	49	2,92	3,5	1,1	21	107,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		1 142	128,12	40,80	31,50	192,00	1 206,30
3 день <i>Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание</i>							
ТТК82	Суп картофельный с горохом с мясом индейки	200/12,5	17	8,3	5,7	15,6	148
ТТК 471	Макароны с курицей	250	61,5	23	18,5	40,9	422
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
190	Каша "Дружба"	200	22	6,5	10	36,2	261
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	52	3,12	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		1 165	128,12	48,00	36,50	197,00	1 301,60
4 день <i>Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание</i>							
ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	54,45	14,4	10,4	8,3	185,4
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	160	14,4	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
542/16	Булочка зерновая	47	5,12	3,7	1,5	23,3	121,5
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	200	14,65	7,7	6,5	47,3	278,5
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		1 170	128,12	43,60	33,10	192,60	1 242,00
5 день <i>Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание</i>							
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	24	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	15	3,2	8,3	21,8	189
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	90	40,5	13,1	13,6	14	228,7
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14,5	0,7	0	28,8	113
542/16	Булочка зерновая	50	5,5	4	1,6	24,8	129,3
190	Каша "Дружба"	200	22	6,5	10	36,2	261
ТТК 7	Батон	44	2,62	3,2	1	18,8	96,8
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ИТОГО :		1 157	128,12	35,50	41,70	174,90	1 218,80

6 день

Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание

ТТК82	Суп картофельный с горохом с курицей	200/12,5	17	8,8	6,5	14,2	151,3
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	51,7	12,9	15,4	8,6	222,6
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11	5,8	4,9	35,5	208,9
ТТК 110	Компот из яблок	200	10,5	0,2	0,1	25,4	99
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	24	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 7	Батон	32	1,92	2,3	0,7	13,7	70,4
ИТОГО :		1 145	128,12	44,90	41,10	187,60	1 291,70

7 день

Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	13,2	5	3,3	10,6	92,8
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54,5	13	16,4	11,1	244
ТТК 309	Картофель тушеный	160	16,5	3,2	11,7	23,1	213,3
185	Напиток из сока	200	8,5	0	0	23,6	90
542/16	Булочка зерновая	50	5,5	4	1,6	24,8	129,3
302	Каша рисовая молочная	200	23,5	5,5	6,4	38,8	236
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	41	2,42	3	0,9	17,5	90,2
ИТОГО :		1 141	128,12	33,90	40,30	169,50	1 173,30

8 день

Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание

ТТК 98	Щи из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	22	4,7	7,2	7,6	111,2
ТТК 479	Котлета из индейки	90	59,5	18,2	7,3	12	158,5
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 43	Масло сливочное (порц)	5	5	0	3,7	0,1	33
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	180	13,2	7	5,9	42,6	250,6
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	49	2,92	3,5	1,1	21	107,8
ИТОГО :		1 147	128,12	47,30	32,10	193,60	1 217,00

9 день

Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание

ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	12,5	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 462	Плов из свинины	250	71,5	20	17,1	45,2	428,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
ТТК 7	Батон	40	2,4	2,9	0,9	17,1	88
190	Каша "Дружба"	200	22	6,5	10	36,2	261
ТТК 7	Батон	37	2,22	2,7	0,8	15,8	81,4
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		1 137	128,12	35,50	36,10	160,80	1 116,60

10 день

Комплекс ОВЗ 128,12 руб - льготное питание

ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	23	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 60	Горбуша, тушеная в томате с овощами	50/50	42,5	11,6	7,5	4,5	132
ТТК 20	Картофельное пюре	150	15	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 33	Компот из кураги	200	16,5	1	0,1	27,5	110
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	4	5,3	1,1	34,5	168,5
302/04	Каша пшеничная молочная	200	20	8,3	7,6	43,2	274
ТТК 95	Чай с сахаром	200	4	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	52	3,12	3,7	1,1	22,3	114,4
ИТОГО :		1 175	128,12	38,30	33,00	187,70	1 208,00