

Утверждаю

Генеральный директор ООО «Манто» *Манто* И.Р. Латыпов

29.12.2023

Согласовано

Директор *Жоучер Шехназ Шохратовна* *Шохратовна*



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



Итого: 1-4 кл
 директор: Столяр, Николай Иванович
 Д.Б. Филиппова
 ДОКУМЕНТОВ

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

1 день **Завтрак**

302/04	Каша пшеничная молочная	200	20	8,3	7,6	43,2	274
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ТТК	Сырники из творога	50	30	8	5,4	11,3	123,9
ИТОГО :		500	61,00	21,40	15,70	91,70	588,90

Обед

ТТК 53	Салат "Веснушка" (капуста свеж, кукур конс)	60	8,7	1	3	6	55,2
ТТК 100	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	12	1,6	5,6	10,5	97,6
ТТК 20	Картофельное пюре	150	15	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 466	Котлета "Переменка"	90	54,5	13	16,4	11,1	244
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
311	Хлеб ржаной	30	2,4	1,5	0,3	13,5	63
310	Хлеб пшеничный	33	2,9	2,5	0,3	16,2	77,6
ИТОГО :		773	105,00	23,40	33,90	103,20	821,10

ИТОГО за день :		1 273	166,00	44,80	49,60	194,90	1 410,00
------------------------	--	--------------	---------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

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

2 день **Завтрак**

302	Каша пшенная молочная	200	20	8	7,4	38,6	254
182	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
201	Рогалик обсыпной с вареной сгущенкой	100	25,5	2,8	8,9	49,3	289
ИТОГО :		500	55,50	13,10	17,90	104,10	629,00

Обед

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	8,8	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	17,5	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	90	51,3	19,1	7,7	16,2	209
ТТК 183	Компот из изюма	200	12,5	0,3	0	30,2	117
310	Хлеб пшеничный	46	4,1	3,5	0,4	22,6	108,1
311	Хлеб ржаной	35	2,8	1,7	0,4	15,7	73,5
ИТОГО :		814	110,50	39,20	22,20	141,70	923,70

ИТОГО за день :		1 314	166,00	52,30	40,10	245,80	1 552,70
------------------------	--	--------------	---------------	--------------	--------------	---------------	-----------------

Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)	
Завтрак							
	240	24	8,6	7,8	45	285,6	
	200	17	3,6	2,7	22,9	127	
К 16	Какао с молоком	14	2,9	14,5	23,5	234,6	
ТТК	Слойка Бантик	3	3,6	1,1	21,4	110	
ТТК 7	Батон	50	3,6	1,1	21,4	110	
ИТОГО :		540	58,00	18,70	26,10	112,80	757,20

Обед							
ТТК 443	Салат "Осень" (капуста свеж, свекла, морковь)	100	9,5	1,5	9,9	10,5	135
ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	11,5	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 51	Плов из птицы	250	68	18,3	14,1	50,4	406
ТТК183	Компот из сухофруктов	200	10,5	1,6	0,4	34,8	147,8
310	Хлеб пшеничный	50	4,5	3,8	0,4	24,6	117,5
311	Хлеб ржаной	50	4	2,4	0,5	22,4	105
ИТОГО :		860	108,00	29,70	31,10	156,60	1 028,00

ИТОГО за день :		1 400	166,00	48,40	57,20	269,40	1 785,20
------------------------	--	-------	--------	-------	-------	--------	----------

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

Завтрак							
4 день							
302	Каша рисовая молочная	230	27	6,3	7,4	44,6	271,4
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	22,5	7,2	7	24,8	192
ИТОГО :		505	57,50	15,00	16,00	85,20	544,40

Обед							
ТТК	Салат из свеклы с черносливом	90	12,1	1,4	5,5	12	104,4
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	10	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 309	Картофель тушеный	170	17,5	3,4	12,5	24,6	226,7
81/08	Фрикадельки "Петушок"	90	51,7	12,9	15,4	8,6	222,6
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
310	Хлеб пшеничный	50	4,5	3,8	0,4	24,6	117,5
311	Хлеб ржаной	40	3,2	2	0,4	18	84
ИТОГО :		850	108,50	25,50	40,00	115,60	919,70

ИТОГО за день :		1 355	166,00	40,50	56,00	200,80	1 464,10
------------------------	--	-------	--------	-------	-------	--------	----------

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

Завтрак							
5 день							
190	Каша "Дружба"	220	24,2	7,2	11	39,8	287,1
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
Гот. изд.	Печенье сахарное "Творожное"	50	21	4	8,4	32,3	220
ИТОГО :		520	56,20	16,30	22,10	109,30	698,10

Обед							
74	Салат "Тазалык" (капус свеж, помидор, чеснок)	80	14,8	1	7,9	7	103,2
ТТК82	Суп картофельный с горохом	250	7	7,3	6,2	17,7	157
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,7	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57,5	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 110	Компот из яблок	200	10,5	0,2	0,1	25,4	99
310	Хлеб пшеничный	50	4,5	3,8	0,4	24,6	117,5
311	Хлеб ржаной	48	3,8	2,3	0,5	21,5	100,8
ИТОГО :		878	109,80	36,40	31,90	146,60	1 008,30

ИТОГО за день :		1 398	166,00	52,70	54,00	255,90	1 706,40
------------------------	--	-------	--------	-------	-------	--------	----------

Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------	---------	------------	-------	------	-----------	----------------------

Завтрак

	Каша пшеничная молочная	200	20	8,3	7,6	43,2	274
2	Кофейный напиток	200	10	2,3	1,6	16,2	86
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ТТК	Сырники из творога	50	30	8	5,4	11,3	123,9
	ИТОГО :	500	63,00	22,20	15,70	92,10	593,90

Обед

72	Салат "Сезонный" (капуста свеж, огур свеж, лук реп)	60	10,5	0,7	2,7	4,7	45
ТТК 100	Борщ из свежей капусты с курицей и сметаной	200/12,5/10	23,5	4,6	7,2	10,5	123,3
ТТК 20	Картофельное пюре	150	15	3,2	8,3	21,8	189
ТТК 143	Тефтели рыбные с рисом (без соуса)	90	42	13,1	10	9	178,1
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	6	0,2	0	15,2	61,1
311	Хлеб ржаной	30	2,4	1,5	0,3	13,5	63
310	Хлеб пшеничный	40	3,6	3	0,3	19,7	94
	ИТОГО :	800	103,00	26,30	28,80	94,40	753,50

ИТОГО за день :

1 300 166,00 48,50 44,50 186,50 1 347,40

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

Завтрак

7 день

302	Каша пшеничная молочная	220	22	8,8	8,1	42,5	279,4
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
201	Рогалик обсыпной с вареной сгущенкой	80	20,4	2,2	7,1	39,4	231,2
	ИТОГО :	500	50,40	12,50	16,80	97,70	591,60

Обед

62	Салат из квашеной капусты с луком зеленым	80	12,4	1,3	4,1	6,2	67,6
ТТК 83	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	200/12,5	17,5	5,1	3,9	15,1	117,7
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,5	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 400	Котлета "Нежность"	90	55,35	15,2	10,5	8,2	188,5
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	200	9,5	0,6	0	24,1	94,7
310	Хлеб пшеничный	46	4,1	3,5	0,4	22,6	108,1
311	Хлеб ржаной	41	3,25	2	0,4	18,4	86,1
	ИТОГО :	820	115,60	35,90	25,10	130,40	894,70

ИТОГО за день :

1 320 166,00 48,40 41,90 228,10 1 486,30

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

Завтрак

8 день

302	Каша манная молочная	200	20	7,2	6,5	37,5	238
ТТК 16	Какао с молоком	200	17	3,6	2,7	22,9	127
ТТК	Слойка Бантик	50	14	2,9	14,5	23,5	234,6
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
	ИТОГО :	500	54,00	17,30	24,80	105,30	709,60

Обед

52	Салат из свеклы отварной	80	7,2	1,1	4,9	6,7	75,1
ТТК 56	Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной	200/12,5/10	22,5	5	7,3	13,9	142,4
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	90	51,3	19,1	7,7	16,2	209
412	Каша рисовая вязкая	150	10,5	1,5	4	15,8	109
ТТК 160	Компот из изюма и кураги	200	14,5	0,7	0	28,8	113
310	Хлеб пшеничный	40	3,6	3	0,3	19,7	94
311	Хлеб ржаной	30	2,4	1,5	0,3	13,5	63
	ИТОГО :	813	112,00	31,90	24,50	114,60	805,50

ИТОГО за день :	1 313	166,00	49,20	49,30	219,90	1 515,10
-----------------	-------	--------	-------	-------	--------	----------

Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле-воды	Калорий-ность (ккал)
-------------------	---------	------------	-------	------	-----------	----------------------

Завтрак

2	Каша рисовая молочная	230	27	6,3	7,4	44,6	271,4
ТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 50	Пирожок печеный с яйцом	75	22,5	7,2	7	24,8	192
ИТОГО :		505	57,50	15,00	16,00	85,20	544,40

Обед

ТТК	Салат "Тройка" (морк.остр, свек.отв, огур.свеж, кап.свеж)	90	14,63	1,3	11,6	7	136,1
ТТК 98	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/10	10	1,7	5,7	7,6	85,5
ТТК 14	Жаркое по-домашнему (свинина)	250	67	13,4	29,3	25,9	424
ТТК 312	Компот из черноплодной рябины	200	9,5	0,3	0,1	20,2	79
310	Хлеб пшеничный	50	4,5	3,8	0,4	24,6	117,5
311	Хлеб ржаной	36	2,87	1,8	0,4	16,2	75,6
ИТОГО :		836	108,50	22,30	47,50	101,50	917,70

ИТОГО за день :	1 341	166,00	37,30	63,50	186,70	1 462,10
-----------------	-------	--------	-------	-------	--------	----------

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

Завтрак

10 день							
190	Каша "Дружба"	200	22	6,5	10	36,2	261
ТТК 7	Батон	50	3	3,6	1,1	21,4	110
ТТК 94	Чай с молоком	200	8	1,5	1,6	15,8	81
Гот. изд.	Печенье сахарное "Творожное"	50	21	4	8,4	32,3	220
ИТОГО :		500	54,00	15,60	21,10	105,70	672,00

Обед

364	Салат "Нежный" (капуста свеж, огур свеж, зел гор конс)	80	14,4	1,4	7,9	3,3	89,6
ТТК82	Суп картофельный с горохом	250	7	7,3	6,2	17,7	157
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,7	6,2	5,2	37,9	222,8
ТТК 451	Биточек	90	60,3	16,1	12,4	14,8	233
ТТК 110	Компот из яблок	200	10,5	0,2	0,1	25,4	99
310	Хлеб пшеничный	50	4,5	3,8	0,4	24,6	117,5
311	Хлеб ржаной	45	3,6	2,2	0,5	20,2	94,5
ИТОГО :		875	112,00	37,20	32,70	143,90	1 013,40

ИТОГО за день :	1 375	166,00	52,80	53,80	249,60	1 685,40
-----------------	-------	--------	-------	-------	--------	----------