

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 1 неделю среда

Категория: Дети от 6 до 10

Диета:

Код блюда	Наименование блюда и продуктов	Выход блюда	Стоимость	Количество (г)		Химический состав (г)			Калории
				брутто**	нетто	белки	жиры	углеводы	
	Обед								
*K000479	хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	1,64 1,64			3,4 3,4	0,64 0,64	14,8 14,8	79
*K000376	Чай с сахаром Чай высшего или 1-го сорта Сахар <i>Вода питьевая</i>	200	3,00 1,80 1,20 1,80			0,09 0,09	0,03 0,03	12,69 0,02 13,93	51
*K000488	каша пшеничная Масло сливочное Соль Крупа пшеничная	150	4,86 3,40 0,01 1,45			0,52 0,52	0,06 0,06	2,82 2,83	14
*K000096	Суп перловый Картофель Крупа перловая <i>Бульон мясной</i> Соль Морковь Лук репчатый Томат-паста Масло сливочное Говядина 1к	250	13,70 0,76 0,60 10,50 0,01 0,18 0,12 0,17 1,36 10,50			5,78 1,5 0,47	5,6 0,3 0,05	16,53 12,22 3,33	140
*K000260	Гуляш из говядины Говядина 1к Соль Лук репчатый Морковь Масло растительное Масло сливочное Томат-паста	60	27,39 25,20 0,01 0,17 0,18 0,30 1,36 0,17			8,73 6,35 0,07 0,04	10,08 14,79 2	1,74 0,46 0,22	132
*K000477	Яблоки Яблоки	130	10,40 10,40			0,52 0,52	0,52 0,52	12,73 12,73	58
	Всего в Обед		60,99			18,95	16,9	48,62	423
	Всего за день		60,99			18,95	16,9	48,62	423

** - Вес брутто указан по технологической карте без учета сезонности.

* - Дежурное блюдо.