

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 2 неделю четверг

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
*K000506	Салат из зелен горош с луком Горошек зеленый консервированный Лук репчатый Соль Масло растительное	30	3,79 3,38 0,12 0,01 0,30				0,82 0,78 0,04	2,05 0,05 0,27	1,9 1,63 0,27
*K000230	Рыба запеченная Хек тихоокеанский (потрошенный обезглавленный) Панировочные сухари Масло растительное Соль	50	21,56 19,50 1,75 0,30 0,01			6,94 8,73 0,28	6,72 0,33 0,03	2 1,88	100
*K000304	Рис отварной Крупа рисовая Масло сливочное Соль	130	5,63 2,22 3,40 0,01			3,16 3,28 0,04	4,65 0,47 4,57	31,79 33,42 0,06	182
*K000481	Суп фасолевый с говядиной Фасоль Лапша (вермишель) Лук репчатый Морковь Картофель Томат-паста Соль Говядина 1к Масло сливочное	250	25,43 2,25 2,08 0,14 0,23 0,71 0,17 0,01 18,48 1,36			7,53 0,78 0,38 0,03 0,03 0,1	7,04 0,08 0,05 0,03 0,02	5,62 1,75 2,62 0,23 0,18 0,82	116
	Всего в Обед		61,05			21,85	21,1	56,11	506
	Всего за день		61,05			21,85	21,1	56,11	506

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

* - Дежурное блюдо.