

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Сезон: Год

Меню 2-х недельное на 2 неделю пятница

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								
*K000477	Яблоки Яблоки	100	8,00 8,00			0,4 0,4	0,4 0,4	9,8 9,8	44
*K000479	хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	1,64 1,64			3,4 3,4	0,64 0,64	14,8 14,8	79
*K000487	Борщ из капусты свежей и мясом Говядина 1к Капуста белокочанная свежая Лук репчатый Морковь Картофель Томат-паста Свекла Соль Масло сливочное Сметана <i>Бульон мясной</i>	250	25,98 19,32 0,78 0,14 0,23 0,76 0,17 0,50 0,01 2,72 1,35 19,32						
				46	30	2,8	2,4		
				15	12	0,1		0,23	
				5	4	0,03		0,13	
				5	4	0,03		0,1	
				15	11	0,1	0,03	0,83	
				1	1				
				10	8	0,12	0,01	0,73	
				1	1				
				4	4	0,03	3,12	0,04	
				5	5	0,14	1	0,16	
					180				
*K000349	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов Сахар <i>Вода питьевая</i>	200	4,20 3,00 1,20 3,00						
				6	6				
				20	20			19,96	
					200				
*K000265	Плов из говядины Говядина 1к Крупа рисовая Масло растительное Лук репчатый Соль Морковь Масло сливочное	150	21,22 16,80 2,22 0,46 0,14 0,01 0,23 1,36						
				40	20	14,69	12,63		
				30	30	2,38	0,33	24,28	
				3	3		5		
				5	4	0,07		0,45	
				1	1				
				5	4	0,05		0,29	
				2	2	0,01	1,56	0,02	
	Всего в Обед		61,04			20,94	19	49,33	452
	Всего за день		61,04			20,94	19	49,33	452

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

* - Дежурное блюдо.