

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ
Дети от 7 до 11 лет

меню 2-х недельное на 1 неделю Понедельник

категория дети

Диета: **Все**

Наименование блюд и продуктов	Брутто,г	Нетто,г	Выход,г	Химический состав							
				белки,г	жиры,г	углеводы,г	Энергетическая	Са,мг	Fe,мг	B2,мг	C,мг
Завтрак											
Без диет											
K000376 Чай с сахаром			200/20	0,19	0,04	18,2	74	4,71	0,77	0	0,04
Чай высшего или 1-го сорта	1,0	1,0		0,2	0,05	0,04		4,95	0,82		0,1
Сахар	20,0	20,0				19,96		0,4	0,06		
K000477 каша пшеничная с маслом			150	3,28	3,78	17,19	116	4,03	1,18	0,03	0
Крупа пшеничная	30,0	30,0		3,45	0,39	18,84			1,32	0,03	
Масло сливочное	5,0	5,0		0,04	3,9	0,05		0,9	0,01	0,01	
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
K000478 хлеб пшеничный			40	3,4	0,64	14,8	79	17,2	2	0,04	0
Хлеб пшеничный	40,0	40,0		3,4	0,64	14,8		17,2	2,0	0,04	
K000049 Салат витаминный (2 вариант)			50	0,87	2,68	4,47	46	16,44	0,27	0,02	4,78
Капуста белокочанная свежая	25,0	20,0		0,36	0,02	0,94		9,6	0,12	0,01	9,0
Морковь	10,0	8,0		0,1	0,01	0,58		4,08	0,06	0,01	0,4
Горошек зеленый консервированный	15,0	12,0		0,37	0,02	0,78		2,4	0,08	0,01	1,2
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01		
Масло растительное	3,0	3,0			3,0						
Лук репчатый	7 143	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6
Лимон свежий	2,0	2,0		0,02		0,06		0,7			0,76
K000484 суп с мясными тефтелями			200	8,79	9,98	7,38	154	13,52	1,39	0,06	2,2
Говядина 1к	45,0	45,0		8,37	7,2			4,05	1,22	0,07	
Крупа рисовая	5,0	5,0		0,35	0,05	3,57		0,4	0,05		
Картофель	25,0	20,0		0,4	0,08	3,26		2,0	0,18	0,01	4,0
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25
Лук репчатый	9,0	8,0		0,11		0,73		2,48	0,06		0,8
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03		
Масло растительное	4,0	4,0			4,0						
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45
K000486 курица запеченная			50	10,26	14,12	0,38	170	14,92	0,89	0,07	0
Курица 1к полупотрошенная	65,0	60,0		10,92	11,04	0,42		9,6	0,96	0,09	
Масло растительное	5,0	5,0			5,0						
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06		
п001 печенье шоколадное			100	0	0	0	0	0	0	0	0
Печенье шоколадное	100,0	100,0									
всего в Завтрак			790	26,79	31,24	62,42	639	70,82	6,5	0,22	7,02
всего в день			790	26,79	31,24	62,42	639	70,82	6,5	0,22	7,02

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

*-Дежурное блюдо

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 232073181972512699898233767037314662005693763365

Владелец Абакаров Ибрагим Сахратулаевич

Действителен с 14.02.2023 по 14.02.2024