

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Дети от 7 до 11 лет

меню 2-х недельное на 2 неделю ВТОРНИК

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	С,мг	
Завтрак												
Без диет												
К000003 Бутерброд с сыром 1			61	6,3	7,02	14,98	149	120,15	1,93	0,07	0,12	
Сыр	11 091	11 091		2,88	2,94			116,45		0,03	0,31	
Масло сливочное	12,2	12,2		0,04	4,33	0,06		1,0	0,01	0,01		
Хлеб пшеничный	44 364	44 364		3,77	0,71	16,41		19,08	2,22	0,04		
К000209 Яйца вареные			1 шт.	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,18	0	
Яйцо	40,0	40,0		5,08	4,6	0,28		22,0	1,0	0,18		
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущенным молоком			50/20/15	9,32	11,18	25,05	238	128,39	0,5	0,14	0,18	
Творог	35,0	35,0		5,85	3,15	0,7		57,4	0,14	0,09	0,18	
Крупа манная	5,0	5,0		0,52	0,05	3,38		1,0	0,05			
Сахар	10,0	10,0				9,98		0,2	0,03			
Меланж	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04		
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54				
Сухари	3,0	3,0		0,26	0,32	1,53		0,66	0,06			
Сметана	20,0	20,0		0,56	4,0	0,64		17,2	0,04	0,02	0,06	
Молоко сгущенное	20,0	20,0		1,44	1,7	11,2		63,4		0,03	0,2	
К000182 Каша жидкая молочная (овсяная, с маслом)			150	3,66	4,53	4,4	73	60,07	0,9	0,07	0,21	
Крупа овсяная	25,0	25,0		2,75	1,53	0,93		16,0	0,98	0,03		
Молоко	40,0	40,0		1,12	1,28	1,88		48,0	0,02	0,06	0,52	
Сахар	2,0	2,0				2,0		0,04	0,01			
Масло сливочное	3,0	3,0		0,02	2,34	0,03		0,54				
Соль	1,0	1,0						3,68	0,03			
К000382 Какао с молоком			200	2,03	2	25,96	130	64,77	0,35	0,08	0,31	
Какао-порошок	2,0	2,0		0,48	0,35	0,76		1,1	0,3	0,01		
Молоко	60,0	60,0		1,68	1,92	2,82		72,0	0,04	0,09	0,78	
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08			
всего в Завтрак			536	26,39	29,33	70,67	653	395,37	4,69	0,54	0,82	
всего в день			536	26,39	29,33	70,67	653	395,37	4,69	0,54	0,82	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 232073181972512699898233767037314662005693763365

Владелец Абакаров Ибрагим Сахратулаевич

Действителен с 14.02.2023 по 14.02.2024