

ПЛАНОВОЕ МЕНЮ НА ОДНОГО ПИТАЮЩЕГОСЯ

Дети от 7 до 11 лет

меню 2-х недельное на 2 неделю СУББОТА

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	В2,мг	С,мг	
Завтрак												
Без диет												
К000478 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		
К000342 Компот из свежих плодов (яблоки)			200	0,16	0,12	25,52	104	6,35	0,67	0,01	20,56	
Яблоки	39,0	30,0		0,12	0,12	2,94		4,8	0,66	0,01	49,5	
Сахар	25,0	25,0				24,95		0,5	0,08			
Лимон свежий	5,0	5,0		0,05	0,01	0,15		1,75	0,01		1,9	
К000493 Мини пицца			120	15,1	16,99	38,22	366	117,29	1,75	0,11	1,17	
Мука пшеничная	60,0	60,0		6,18	0,66	41,28		10,8	0,72	0,02		
Дрожжи	2,0	2,0		0,25	0,05			0,54	0,06			
Говядина 1к	30,0	30,0		5,58	4,8			2,7	0,81	0,05		
Помидоры свежие	8 235	7,0		0,08	0,01	0,27		0,98	0,06		1,75	
Сыр	10,0	10,0		2,6	2,65			105,0		0,03	0,28	
Томат-паста	2,0	2,0		0,1		0,38		0,4	0,05		0,9	
Соль	2,0	2,0						7,36	0,06			
Яйцо	10,0	10,0		1,27	1,15	0,07		5,5	0,25	0,04		
Масло растительное	10,0	10,0			9,99							
К000096 Рассольник ленинградский на м/к бульоне с			200	5,32	5,68	12,6	123	12,15	0,93	0,04	1,88	
Картофель	21,0	17,0		0,34	0,07	2,77		1,7	0,15	0,01	3,4	
Крупа перловая	15,0	15,0		1,4	0,17	9,98		5,7	0,27	0,01		
Морковь	7,0	5,0		0,07	0,01	0,36		2,55	0,04		0,25	
Лук репчатый	8,0	6,0		0,08		0,55		1,86	0,05		0,6	
Масло растительное	3,0	3,0			3,0							
Томат-паста	1,0	1,0		0,05		0,19		0,2	0,03		0,45	
Говядина 1к	45,0	20,0		3,72	3,2			1,8	0,54	0,03		
всего в Завтрак			560	23,98	23,43	91,14	672	152,98	5,35	0,2	23,61	
всего в день			560	23,98	23,43	91,14	672	152,98	5,35	0,2	23,61	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 232073181972512699898233767037314662005693763365

Владелец Абакаров Ибрагим Сахратулаевич

Действителен с 14.02.2023 по 14.02.2024