

مواد مصرفی جهت طبخ ناهار پرسنل شرکت سیمان قشم (پیوست شماره 4)

ردیف	نوع غذا	مقدار مواد مورد نیاز																			قیمت (ریال)	
۱	زرشک پلو با مرغ	برنج (gr)	۲۰۰	مرغ (gr)	۳۰۰	روغن (mlit)	۱۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	فلفل دلمه	۱ عدد	۵۰	رب گوجه (gr)	۳۰	آلبیمو (گرم)	۵	زرشک (gr)	۱۰	نوشابه	
	مواد مصرفی خام																		۱۰	۱ بطری		
۲	چلو خورشت قیمه سیب زمینی	برنج (gr)	۲۰۰	گوشت (gr)	۴۰	روغن (mlit)	۳۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	لپه (gr)	۳۵-۴۰	۱۰۰	لیمو عمانی (gr)	۵	رب گوجه (gr)	۲۰	لیمو ترش	نان (قرص)		
	مواد مصرفی خام																		۱	یک تکه		
۳	چلو خورشت قورمه سبزی	برنج (gr)	۲۰۰	گوشت (gr)	۴۰	روغن (gr)	۳۰	لوبیا قرمز (gr)	۴۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	لیمو عمانی (gr)	۵	۱۰	آلبیمو	سبزی قورمه (gr)	فلفل سبز	پیاز (gr)	نان (قرص)	لیمو ترش		
	مواد مصرفی خام																	۲ عدد	۵۰	۱	یک تکه	
۴	چلو کباب کوبیده	برنج (gr)	۲۰۰	گوشت (gr)	۱۲۰	روغن (گرم)	۱۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	کره (mlit)	۱۰	۱۰۰	گوجه (gr)	فلفل	زردچوبه	نوشابه	لیمو ترش	سماق (gr)		
	مواد مصرفی خام																	۱ بطری	یک تکه	۱۰		
۵	چلو خورشت بادمجان	برنج (gr)	۲۰۰	گوشت (gr)	۴۰	روغن (گرم)	۳۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	بادمجان (gr)	۱۵۰	۳۵-۴۰	لپه (gr)	گوجه (gr)	رب گوجه (gr)	لیمو ترش	نان (قرص)			
	مواد مصرفی خام																	۲۰	یک تکه	۱		
۶	سبزی پلو با ماهی	برنج (gr)	۲۰۰	ماهی (gr)	۱۵۰	روغن (mlit)	۳۵	پیاز (gr)	۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	سبزی (gr)	۵۰	۱۰	آلبیمو	آرد (gr)	ترشی (gr)	نوشابه				
	مواد مصرفی خام																	۵۰	۱ بطری			
۷	گوبولی مرغ	برنج (gr)	۲۰۰	مرغ (gr)	۱۷۵	روغن	۲۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	گوجه (gr)	۵۰	سیب زمینی خالی (gr)	۱۰۰	۲۰	رب گوجه (gr)	فلفل سبز	نان (قرص)	لیمو ترش				
	مواد مصرفی خام																	۱	یک تکه			
۸	جوجه کباب	برنج (gr)	۲۰۰	سینه مرغ (gr)	۱۷۵	روغن (gr)	۲۵	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۲	آلبیمو	۲ ق	۳۰	کره (gr)	نوشابه	گوجه (gr)					
	مواد مصرفی خام																	۱۰۰	۱ بطری			
۹	عدس پلو	برنج (gr)	۱۷۰	سینه مرغ (gr)	۷۰	روغن (gr)	۳۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	زعفران (gr)	۰.۰۱	عدس (gr)	۴۰	۳۰	کشمش (gr)	ماست	سیب زمینی (gr)					
	مواد مصرفی خام																	۴۰	۱ عدد			
۱۰	استامبولی با گوشت و سویا	برنج (gr)	۱۷۰	گوشت (gr)	۴۰	سویا (gr)	۲۰	پیاز (gr)	۳۰+۵۰	روغن		چاشنی	۳ ق	۳۰	رب گوجه (gr)	ماست						
	مواد مصرفی خام																	۱ عدد				
۱۱	شوید پلو با گوشت	برنج (gr)	۲۰۰	گوشت ران (gr)	۱۲۰	پیاز (gr)		زعفران دم کرده		چوب دارچین		نمک		۲۵	روغن (gr)	رب گوجه (gr)	شوید (gr)	دوغ				
	مواد مصرفی خام																	۱۰۰	۱ بطری			

*مقادیر ذکر شده مواد اولیه حد اقل مقدار خالص مواد غذایی قبل از طبخ می باشد.

*مرغ در زرشک پلو به صورت چهار تکه و به حداقل وزن اعلام شده می باشد.