

**Утверждаю**  
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Гришин Олег Николаевич

**МЕНЮ на 19.04.2024**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ И СЫРОМ	60		6,6	7,2	21,1	148,0
КАША "ДРУЖБА"	200		11,5	12,1	38,6	339,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200		3,4	3,1	26,9	149,5
			<b>21,5</b>	<b>22,4</b>	<b>86,6</b>	<b>636,6</b>
<b>Обед</b>						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50		0,4	0,1	0,9	6,3
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250		2,4	5,1	16,8	124,2
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	120		16,8	14,8	0,9	282,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180		6,2	7,7	7,1	163,0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200		0,1	0,1	5,8	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70		5,1	0,4	34,0	160,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		2,0	0,5	25,4	82,4
			<b>33,0</b>	<b>28,7</b>	<b>90,9</b>	<b>844,9</b>
<b>Полдник</b>						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	150		7,0	7,2	47,5	286,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,5	0	14,0	77,6
			<b>7,5</b>	<b>7,2</b>	<b>61,5</b>	<b>363,6</b>
<b>Ужин</b>						
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120		9,3	10,0	2,1	203,0
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180		4,1	6,4	24,8	111,0
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200		0,1	0,1	5,8	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60		2,5	0,4	29,2	97,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		2,0	0,5	25,4	82,4
			<b>18,0</b>	<b>17,4</b>	<b>87,3</b>	<b>520,4</b>
<b>Ужин 2</b>						
КЕФИР	200		3,1	4,5	7,2	97,2
			<b>3,1</b>	<b>4,5</b>	<b>7,2</b>	<b>97,2</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>83,1</b>	<b>80,2</b>	<b>333,5</b>	<b>2 462,7</b>

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П.

Технолог: Ятгинина П.М