

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 20.05.2024

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		50	4,9	10,2	22,3	168,8
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		200	13,6	9,5	37,4	318,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,4	3,1	26,9	149,5
			21,9	22,8	86,6	636,6
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		100	1,9	3,3	15,3	99,5
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ		250	2,7	5,2	12,1	106,1
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		280	10,5	19,3	32,9	348,6
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	1,0	0,1	14,8	64,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70	5,1	0,4	34,0	160,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	2,0	0,5	25,4	82,4
			23,2	28,8	134,5	861,8
Полдник						
ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ		150	12,4	13,5	34,6	287,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,5	0,1	14,0	77,6
			12,9	13,6	48,6	365,0
Ужин						
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ		100	8,3	18,0	8,6	213,9
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		180	6,2	7,7	38,1	246,9
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	15,0	89,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	2,5	0,4	29,2	97,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	2,0	0,5	25,4	82,4
			20,0	26,8	116,3	730,0
Ужин 2						
БИОКЕФИР		200	3,0	4,5	7,2	97,1
			3,0	4,5	7,2	97,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			90,0	96,5	393,2	2 690,5

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____