

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»

Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 23.04.2024

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,7	7,7	17,4	119,2
ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ		220	13,7	12,0	49,8	409,1
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,5	4,6	30,5	181,4
			22,9	24,3	97,7	709,7
Обед						
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)		100	2,8	3,2	8,0	71,9
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		250	2,3	5,3	16,4	122,4
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		280	10,5	19,3	32,9	348,6
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
			22,8	28,8	122,5	812,3
Полдник						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ		150	7,0	7,2	47,5	286,0
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	15,0	89,0
			8,0	7,4	62,5	375,0
Ужин						
САЛАТ «СЕЛЯНСКИЙ»		100	9,23	9,32	7,74	153,1
ГУЛЯШ		100	7,2	9,6	1,1	156,2
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		180	6,2	7,7	7,1	163,0
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
			28,13	27,72	85,54	741,5
Ужин 2						
АКТИФИЛИН		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			3,1	4,5	7,9	96,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			84,93	92,72	376,14	2 735,3

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П.

Технолог: Ятгина П.М