

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 02.12.2025

| 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 | 20,9 | 119,2 |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ | 200 | | 13,8 | 13,5 | 29,8 | 299,0 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 4,5 | 4,6 | 30,5 | 181,4 |
| | | | 23,0 | 25,8 | 81,2 | 599,6 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 100 | | 1,3 | 0,1 | 2,4 | 52,4 |
| УХА РЫБАЦКАЯ | 250 | | 7,9 | 2,7 | 13,1 | 128,7 |
| АЗУ | 280 | | 19,7 | 22,7 | 44,7 | 387,7 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 |
| | | | 34,0 | 25,9 | 99,1 | 749,0 |
| Полдник | | | | | | |
| БУЛОЧКА «ОКТЯБРЕНОК» | 80 | | 8,12 | 5,02 | 46,9 | 269,77 |
| МОЛОКО | 200 | | 5,9 | 6,6 | 9,6 | 122,8 |
| ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | 0,6 | 0,2 | 8,9 | 43,7 |
| | | | 14,62 | 11,82 | 65,4 | 436,27 |
| Ужин | | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ | 100 | | 4,0 | 7,8 | 6,1 | 80,8 |
| РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | | 6,5 | 5,0 | 0,9 | 122,0 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | | 4,2 | 8,3 | 28,4 | 180,8 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД | 200 | | 0,1 | 0 | 12,4 | 52,2 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | | 2,5 | 0,4 | 29,2 | 97,8 |
| | | | 17,3 | 21,5 | 77,0 | 533,6 |
| Ужин 2 | | | | | | |
| АКТИФИЛИН | 200 | | 3,1 | 4,5 | 7,9 | 96,8 |
| | | | 3,1 | 4,5 | 7,9 | 96,8 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 92,02 | 89,52 | 330,6 | 2 415,27 |

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгинина П.М. _____