

**Утверждаю**  
**Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»**  
**Гришин Олег Николаевич**

**МЕНЮ на 03.12.2025**

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
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		200	12,0	12,5	49,3	381,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3,3	3,1	16,5	107,2
			<b>21,9</b>	<b>22,8</b>	<b>86,9</b>	<b>636,2</b>
<b>Обед</b>						
ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ		100	1,1	0	2,4	14,0
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ		250	2,4	5,1	16,8	124,2
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ		300	17,9	26,0	40,4	441,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70	5,1	0,4	34,0	160,8
			<b>26,5</b>	<b>31,5</b>	<b>98,5</b>	<b>760,1</b>
<b>Полдник</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		75	9,89	3,88	32,11	183,7
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,5	4,6	30,5	181,4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		100	0,6	0,2	8,9	43,7
			<b>14,99</b>	<b>8,68</b>	<b>71,51</b>	<b>408,8</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		100	2,7	7,1	7,7	63,8
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120/50	11,7	15,5	4,9	235,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		180	1,9	4,9	3,5	105,0
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		200	0	0	11,7	46,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	2,5	0,4	29,2	97,8
			<b>18,8</b>	<b>27,9</b>	<b>57,0</b>	<b>548,4</b>
<b>Ужин 2</b>						
ТОНУС		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			<b>3,1</b>	<b>4,5</b>	<b>7,9</b>	<b>96,8</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>85,29</b>	<b>95,38</b>	<b>321,81</b>	<b>2 450,3</b>

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. \_\_\_\_\_

Технолог: Ятгинина П.М. \_\_\_\_\_