

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 05.12.2025

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|--------------|-------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С КОЛБАСОЙ ВАРЕНОЙ И СЫРОМ | | 60 | 6,6 | 7,2 | 14,3 | 148,0 |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ | | 200 | 13,8 | 13,5 | 29,8 | 299,0 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 200 | 3,4 | 3,1 | 26,9 | 149,5 |
| | | 23,8 | 23,8 | 71,0 | 596,5 | |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ | | 100 | 1,5 | 2,1 | 6,6 | 51,6 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | | 250/20 | 5,8 | 7,3 | 32,8 | 254,4 |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С СОУСОМ | | 100/50 | 11,3 | 16,4 | 19,2 | 221,0 |
| КАША ПШЕННАЯ | | 180 | 5,06 | 6,01 | 29,02 | 187,02 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 200 | 0 | 0 | 4,9 | 19,4 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 |
| | | 28,76 | 32,21 | 126,52 | 894,22 | |
| Полдник | | | | | | |
| ПУДИНГ МАННЫЙ | | 100 | 3,58 | 8,42 | 23,15 | 176,94 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | 200 | 0,5 | 0,1 | 14,0 | 77,6 |
| ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ | | 100 | 0,6 | 0,2 | 8,9 | 43,7 |
| | | 4,68 | 8,72 | 46,05 | 298,24 | |
| Ужин | | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ | | 100 | 2,0 | 4,8 | 2,1 | 70,8 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | | 120 | 11,4 | 10,3 | 20,4 | 213,5 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | 180 | 4,0 | 7,6 | 6,2 | 119,6 |
| СОК В АССОРТИМЕНТЕ | | 200 | 1,0 | 0,2 | 15,0 | 89,0 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | | 60 | 2,5 | 0,4 | 29,2 | 97,8 |
| | | 20,9 | 23,3 | 72,9 | 590,7 | |
| Ужин 2 | | | | | | |
| КЕФИР | | 200 | 3,1 | 4,5 | 7,2 | 97,2 |
| | | | 3,1 | 4,5 | 7,2 | 97,2 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | 81,24 | 92,53 | 323,67 | 2 476,86 | |

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгинина П.М. _____