

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 06.12.2025

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	138,0	
ОМЛЕТ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	200	13,5	9,7	37,7	347,9	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,4	3,1	26,9	149,5	
		21,8	23,0	86,9	635,4	
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,1	5,2	9,3	88,7	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	1,9	5,9	11,1	106,7	
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	120	15,3	14,1	8,6	216,5	
РИС С ОВОЩАМИ	180	4,1	6,4	40,7	237,9	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	4,9	19,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
		27,5	32,0	108,6	830,0	
Полдник						
КОРЖ МОЛОЧНЫЙ	75	5,03	8,25	50,62	299,74	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,0	0,2	15,0	89,0	
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,6	0,2	8,9	43,7	
		6,63	8,65	74,52	432,44	
Ужин						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,3	0,1	2,4	52,4	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	11,2	17,2	5,2	223,2	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,0	0,2	15,0	89,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,5	0,4	29,2	97,8	
		16,0	17,9	51,8	462,4	
Ужин 2						
БИФИТОН	200	6,1	4,5	9,9	109,8	
		6,1	4,5	9,9	109,8	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		78,03	86,05	331,72	2 470,04	

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____