

Утверждаю
Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 07.12.2025

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	24,3	148,0	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	12,0	12,5	46,1	381,0	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,3	3,1	16,5	107,2	
		21,9	22,8	86,9	636,2	
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО	100	0,8	0,1	1,7	13,0	
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	250	1,6	5,0	4,6	119,6	
ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	15,1	17,0	7,2	285,9	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,0	9,2	44,0	182,2	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,5	0,1	18,8	82,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	
		28,1	31,8	110,3	844,0	
Полдник						
КОНФЕТЫ	50	2,0	3,2	21,7	68,0	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,0	0,2	15,0	89,0	
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,6	0,2	8,9	43,7	
		3,6	3,6	45,6	200,7	
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ	100	1,5	6,1	0,6	67,5	
БЕФСТРОГАНОВ	100	8,7	18,9	10,8	227,0	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3,2	6,3	5,4	100,8	
СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	1,0	0,2	15,0	89,0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	2,5	0,4	29,2	97,8	
		16,9	31,9	61,0	582,1	
Ужин 2						
ТОНУС	200	3,1	4,5	7,9	96,8	
		3,1	4,5	7,9	96,8	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		73,6	94,6	311,7	2 359,8	

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____