

Утверждаю
 Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
 Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 18.12.2024

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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ИЗЮМОМ		200	10,4	3,9	41,6	239,3
КАКАО С МОЛОКОМ		200	4,5	4,6	30,5	181,4
			19,6	16,2	93,0	539,9
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ		100	1,6	5,1	4,2	71,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		250	5,8	9,3	17,9	195,6
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		280	14,9	16,9	40,1	349,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0	0	4,9	19,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		70	5,1	0,4	34,0	160,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	4,0	0,5	25,4	122,4
			31,4	32,2	126,5	919,2
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		75	9,89	3,88	32,11	183,7
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		100	0,6	0,2	8,9	43,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,4	3,1	26,9	149,5
			13,89	7,18	67,91	376,9
Ужин						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ		100	1,5	2,1	6,6	51,6
ГУЛЯШ		100	7,2	9,6	1,1	156,2
РИС С ОВОЩАМИ		180	4,1	6,4	14,0	171,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,5	0	14,0	77,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	2,5	0,4	29,2	97,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	2,0	0,5	25,4	82,4
			17,8	19,0	90,3	636,6
Ужин 2						
ТОНУС		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			3,1	4,5	7,9	96,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			85,79	79,08	385,61	2 539,4

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____