

Утверждаю
 Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
 Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 20.11.2024

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						
КЕКС «СТОЛИЧНЫЙ»		100	6,45	20,09	60,48	446,77
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		100	0,6	0,2	8,9	43,7
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	15,0	89,0
			8,05	20,49	84,38	579,47
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ		100	1,1	0	2,4	14,0
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
			17,4	16,9	86,1	599,0
Ужин 2						
ТОНУС		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			3,1	4,5	7,9	96,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			79,55	90,29	397,88	2 734,37

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____