

**Утверждаю**  
 Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»  
 Гришин Олег Николаевич

**МЕНЮ на 23.12.2024**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35	4,7	7,7	17,4	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
			<b>19,6</b>	<b>16,2</b>	<b>89,5</b>	<b>539,9</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		100	1,5	2,1	4,9	45,4
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ		250	2,9	6,0	14,5	124,3
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120/50	11,7	15,5	4,9	235,0
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		180	6,2	7,7	38,1	212,0
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
			<b>31,4</b>	<b>32,2</b>	<b>126,7</b>	<b>919,3</b>
<b>Полдник</b>						
ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ		150	12,4	13,5	34,6	287,4
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
			<b>16,4</b>	<b>16,8</b>	<b>70,4</b>	<b>480,6</b>
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ		100	4,6	6,6	0,7	69,4
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ		100	8,9	4,4	0,4	155,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		180	3,6	12,9	10,5	120,0
СОК В АССОРТИМЕНТЕ		200	1,0	0,2	15,0	89,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	2,5	0,4	29,2	97,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ		60	2,0	0,5	25,4	82,4
			<b>22,6</b>	<b>25,0</b>	<b>81,2</b>	<b>613,8</b>
<b>Ужин 2</b>						
БИОКЕФИР		200	3,0	4,5	7,2	97,1
			<b>3,0</b>	<b>4,5</b>	<b>7,2</b>	<b>97,1</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>93,0</b>	<b>94,7</b>	<b>375,0</b>	<b>2 650,7</b>

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. \_\_\_\_\_

Технолог: Ятгина П.М. \_\_\_\_\_