

Утверждаю
 Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
 Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 24.12.2024

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
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		200	12,3	8,9	39,9	315,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,4	3,1	26,9	149,5
			22,3	19,2	91,1	612,9
Обед						
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		100	1,2	2,1	10,7	67,3
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		250	1,9	5,9	9,1	98,7
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ		280	19,3	23,1	48,4	483,7
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
			31,5	32,0	132,5	952,3
Полдник						
БУЛОЧКА «ОКТЯБРЕНОК»		80	8,12	5,02	46,9	269,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,4	3,1	26,9	149,5
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ		100	0,6	0,2	8,9	43,7
			12,12	8,32	82,7	462,97
Ужин						
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ		100	1,1	0	2,4	14,0
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		280	13,4	17,5	16,3	339,0
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
			20,0	18,6	88,3	622,2
Ужин 2						
АКТИФИЛИН		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			3,1	4,5	7,9	96,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			89,02	82,62	402,5	2 747,17

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____