

Утверждаю
 Директор ГАПОУ ЧАО «ЧМК»
 Гришин Олег Николаевич

МЕНЮ на 29.12.2024

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		50	4,9	10,2	22,3	168,8
ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ		200	12,7	9,8	37,7	318,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,4	3,1	26,9	149,5
			21,0	23,1	86,9	636,7
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ И МОРКОВЬЮ		100	2,0	6,2	12,6	94,6
БОРЩ СИБИРСКИЙ		250	5,4	5,8	10,4	127,0
МАКАРОННИК		280	10,6	14,2	38,0	351,1
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
			27,1	27,1	125,3	875,3
Полдник						
КОНФЕТЫ		50	2,0	3,2	21,7	68,0
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
			6,0	6,5	57,5	261,2
Ужин						
ОКОРОЧКА ЗАПЕЧЕННЫЕ		100	22,93	16,6	0,21	243,67
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
			32,03	23,9	82,81	672,47
Ужин 2						
ТОНУС		200	3,1	4,5	7,9	96,8
			3,1	4,5	7,9	96,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			89,23	85,1	360,41	2 542,47

Зам.директора АХР: Бакулина Г.П. _____

Технолог: Ятгина П.М. _____