

Утверждаю
И.О. Директора ГАПОУ ЧАО
«ЧМК»
Бакулина Галина Павловна

МЕНЮ на 30.06.2024

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60		6,8	14,4	14,8	216,0
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
			21,7	22,9	86,9	636,7
Обед						
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50		0,4	0,1	0,9	6,3
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250		1,7	5,1	7,3	187,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280		11,7	28,6	41,2	458,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	200		0,1	0	12,4	52,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70		5,1	0,4	34,0	160,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60		2,0	0,5	25,4	82,4
			21,0	34,7	121,2	947,4
Полдник						
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	150		11,9	13,0	33,7	276,0
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,5	0,1	14,0	77,6
			12,4	13,1	47,7	353,6
Ужин						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	100		3,0	0,2	6,3	38,8
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	120		16,8	14,8	0,9	282,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		3,2	6,3	5,4	100,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,5	0,1	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
			28,0	22,3	81,2	679,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			83,1	93,0	337,0	2 617,1

Технолог: Ятгина П.М. _____