



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 29 » 09 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 01 » октября 2023 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			жиры	белки	углеводы		
Неделя 1 День 14							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,86	6,84	39,80	248,54	227
	Какао с молоком	200	3,12	3,24	13,66	95,62	465
	Масло сливочное (порциями)	20	16,50	0,12	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	60	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Сыр(порциями)	35	5,28	3,38	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		515	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	94	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		94	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	108	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из чернослива +вит «С»	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Суп картофельный с крупой(перловка)	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Рис отварной	180	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Котлеты рыбные	120	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая	79	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1037	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (яблоко)	94	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка с творогом	60	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		354	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	70	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Картофель отварной с маслом	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Салат луковый	90	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Голубцы ленивые	100					
ИТОГО ЗА УЖИН		660	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Батон с повидлом	66/16	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		249	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2909	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.