



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

_____ Дамм В.В.
« 01 » _____ 09 2023 г.

**Менюготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 03 » сентября 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	90	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Сыр(порциями)	35	5,28	3,38	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		545	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	101	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		101	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	68	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	177	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
	Салат из свежих помидор	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1145	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (яблоко)	90	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		350	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	75	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 из свежих огурцов	50	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Голубцы ленивые	100					
ИТОГО ЗА УЖИН		625	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	182	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Батон с повидлом	52	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		246	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3012	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.