



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 01 » 09 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 04 » 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 1							
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный	200	19,56	33,86	53,82	527,30	285
	Чай с лимоном	200	0,04	0,24	9,40	38,78	459
	Масло сливочное (порциями)	20	16,50	0,12	0,16	149,62	79
	Батон	72	2,90	7,50	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,04	4,76	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		532	43,04	46,48	114,52	1036,26	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	95	0,40	1,80	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		95	0,40	1,80	16,20	75,60	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	118	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,38	19,88	80,74	495
	Суп картофельный с фрикадельками	300	12,60	12,93	21,09	243,78	123
	Пюре картофельное	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Котлеты из говядины	100	15,84	17,17	17,48	274,08	339
	Овощи свежие – огурцы (порциями)	100	0,10	0,80	2,50	14,10	148
ИТОГО ЗА ОБЕД		1068	38,76	48,92	160,97	1174,80	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоко)	95	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Коржик молочный	60	7,09	3,82	36,54	224,83	547
	Конфеты шоколадные	20					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		395	8,65	4,32	84,36	432,79	
УЖИН	Хлеб пшеничный	95	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,12	3,24	13,66	95,62	462
	Капуста тушеная	200	6,80	4,40	16,32	143,48	380
	Рыба, тушенная в томате с овощами	140	4,61	19,87	7,22	149,72	299
	Салат из свёклы с чесноком	100	5,37	1,64	8,55	88,81	34
ИТОГО ЗА УЖИН		740	20,70	36,75	94,95	712,03	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	182	5,00	5,80	8,40	101,80	470
	Печенье	20	2,60	0,16	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		202	7,60	5,96	21,80	185,80	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3032	119,15	144,23	492,80	3617,28	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.