



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 03 » 10 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 04 » 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 3							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	200	6,86	6,84	39,80	248,54	227
	Кофейный напиток 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	70	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30	5,28	3,38	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	158	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		158	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	163	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из плодов или ягод сушеных (из чернослива)	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Рассольник Ленинградский	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Пюре из гороха с пассированным луком	225	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Гуляш из отварной говядины	100	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Винегрет овощной	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1138	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (банан)	79	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка с творожным фаршем	100	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		379	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	80	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Пюре картофельное	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Шницель натуральный рубленый	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Сельдь с луком	60	13,74	15,97	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		640	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Бифидок)	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		3084	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Аригина Л.Н.