



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ГКО СУВУ г. Октябрьска

\_\_\_\_\_ Дамм В.В.  
 « 06 » \_\_\_\_\_ 10 \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
 по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
 на « 09 » октября 2023 г.**

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			жиры	белки	углеводы		
<b>Неделя 1 День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная вязкая	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
	Батон	100	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Сыр(порциями)	35	5,28	3,38	0,00	61,84	77
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>32,56</b>	<b>21,18</b>	<b>102,82</b>	<b>790,02</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (апельсин)	173	0,80	0,80	19,60	88,80	82
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>173</b>	<b>0,80</b>	<b>0,80</b>	<b>19,60</b>	<b>88,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	163	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Кисель +вит «С»	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Суп картофельный	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Капуста тушеная	200	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Шницель натуральный	100	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Салат с зеленым горошком и луком	85	6,26	2,21	9,69	103,40	47
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1098</b>	<b>48,16</b>	<b>67,11</b>	<b>179,39</b>	<b>1403,41</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (яблоко)	124	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка с повидлом	60	8,70	7,76	47,51	299,22	535
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>384</b>	<b>9,15</b>	<b>9,11</b>	<b>88,81</b>	<b>474,27</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	100	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Чай с лимоном	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Запеканка картофельная с мясом	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Сельдь с луком	80	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>580</b>	<b>47,92</b>	<b>45,24</b>	<b>91,26</b>	<b>968,58</b>
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Ряженка)	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Вафли	17	0,58	1,50	19,96	91,30	72
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>184</b>	<b>5,58</b>	<b>8,30</b>	<b>30,96</b>	<b>207,50</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>2974</b>	<b>144,17</b>	<b>151,74</b>	<b>512,84</b>	<b>3932,58</b>	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.