



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 09 » 10 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 10 » 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 9							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	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	60	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		510	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсины)	87	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		87	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 плодов или ягод сушеных (из кураги)	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Суп с рыбными консервами	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Рагу из птицы	200	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Винегрет овощной	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1058	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (апельсины)	87	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Пирожки печеные из сдобного теста (с капустой и яйцом)						
	Конфеты	120/17	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		424	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	90	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
	Гуляш из отварной говядины	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Икра кабачковая	100	13,74	15,97	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		690	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	82	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		3018	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.