



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 13 » 09 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 14 » сентября 2023 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			жиры	белки	углеводы		
Неделя 2 День 11							
ЗАВТРАК	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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		100	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 шиповника)	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Суп картофельный с клецками	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Макаронные изделия отварные	180	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Колбасные изделия отварные (сосиски)	87	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая	79	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1059	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Оладьи	160	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	130	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Чай с лимоном	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Котлеты рыбные	100	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Салат из моркови и яблок	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Капуста тушеная	200					
ИТОГО ЗА УЖИН		730	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Вафли	33	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		200	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3104	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.