



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 13 » 10 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 14 » 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 13							
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	200	6,86	6,84	39,80	248,54	227
	Чай с лимоном	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
	Яйцо вареное	40	5,28	3,38	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	137	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		137	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	61	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	163	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Рассольник Ленинградский	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Пюре картофельное	200	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Азу	100	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Салат из моркови с чесноком	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1124	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (яблоки)	137	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка с повидлом	160	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		497	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	80	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Какао с молоком	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Сложный гарнир	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Салат витаминный	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Кнели рыбные припущенные	100					
ИТОГО ЗА УЖИН		680	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Печенье	47	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		214	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3212	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.