



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.  
« 15 » 09 2023 г.

**Менюготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 17 » сентября 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 14</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	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
	Хлеб пшеничный	60	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>515</b>	<b>32,56</b>	<b>21,18</b>	<b>102,82</b>	<b>790,02</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,80	0,80	19,60	88,80	82
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>100</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	108	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из чернослива +вит «С»	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Суп картофельный с крупой(перловка)	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Рис отварной	180	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Котлеты рыбные	120	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая	79	6,26	2,21	9,69	103,40	47
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1037</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)	100	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка с творогом	60	8,70	7,76	47,51	299,22	535
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>360</b>	<b>9,15</b>	<b>9,11</b>	<b>88,81</b>	<b>474,27</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	75	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Картофель отварной с маслом	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Салат луковый	90	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Голубцы ленивые	100					
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>665</b>	<b>47,92</b>	<b>45,24</b>	<b>91,26</b>	<b>968,58</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Йогурт)	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Батон с повидлом	66/16	0,58	1,50	19,96	91,30	72
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>249</b>	<b>5,58</b>	<b>8,30</b>	<b>30,96</b>	<b>207,50</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>2926</b>	<b>144,17</b>	<b>151,74</b>	<b>512,84</b>	<b>3932,58</b>	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.