



УТВЕРЖДАЮ
И.о директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Бибинина С.Ю.
« 17 » 10 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 18 » 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 3							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	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	100	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		550	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсины)	127	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		127	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	150	1,80	9,90	50,10	256,20	574
	Компот из плодов или ягод сушеных (из чернослива)	200	0,16	0,56	22,22	92,16	494
	Рассольник ленинградский	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Пюре из гороха с пассированным луком	225	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Гуляш из отварной говядины	100	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Винегрет овощной	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1125	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (апельсины)	127	0,45	1,35	18,90	85,05	82
	Ватрушка створожным фаршем	100	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		427	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	80	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
	Шницель натуральный рубленый	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	Сельдь с луком	120	13,74	15,97	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		700	47,92	45,24	91,26	968,58	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	192	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Батон с повидлом	61/16	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		269	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2498	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.