



УТВЕРЖДАЮ
И.о директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Бибинина С.Ю.
« 20 » 10 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 22 » 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 7							
ЗАВТРАК	Сырники из творога	100	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	92	0,80	7,60	49,20	234,40	573
	Яйцо вареное	40	5,28	3,38	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		452	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	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
	Суп гороховый	300	12,09	8,94	19,89	220,47	100
	Картофельное пюре	200	5,47	19,60	46,53	313,38	390
	Котлеты рыбные	100	21,98	22,10	6,36	300,60	327
	Салат витаминный	100	6,26	2,21	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1100	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
	Колбасные изделия запеченные в тесте	100	8,70	7,76	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	68	0,64	6,08	39,36	187,52	573
	Какао с молоком	200	1,44	1,54	11,36	64,38	460
	Плов из отварной птицы	200	8,02	3,94	25,32	188,70	377
	Салат из свеклы отварной	100	24,08	17,71	11,26	324,54	319
	ИТОГО ЗА УЖИН		568	47,92	45,24	91,26	968,58
2-Й УЖИН	Бифидок	192	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Печенье	26	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		218	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2838	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.