



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 22 » 09 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 24 » сентября 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	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		460	32,56	21,18	102,82	790,02	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	94	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		94	0,80	0,80	19,60	88,80	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	0,40	3,80	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	54	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		1004	48,16	67,11	179,39	1403,41	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (яблоко)	94	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		394	9,15	9,11	88,81	474,27	
УЖИН	Хлеб пшеничный	50	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		550	47,92	45,24	91,26	968,58
2-Й УЖИН	Йогурт	167	5,00	6,80	11,00	116,20	470
	Печенье	19	0,58	1,50	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		184	5,58	8,30	30,96	207,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2688	144,17	151,74	512,84	3932,58	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.