



УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
 « 04 » 12 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
 по ГКО СУВУ г. Октябрьска
 на « 05 » декабря 2023 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 9							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	200	4,96	6,94	25,74	185,34	229
	Кофейный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	465
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	43	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		493	19,3	20,38	93,34	744,96	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (бананы)	109	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		109	0,8	0,8	19,6	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	43	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	93	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из кураги+Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Суп с рыбными консервами	300	16,08	20,10	18,09	317,01	122
	Рагу из птицы	200	25,54	27,68	17,64	419,34	376
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		936	37,51	37,9	134,12	809,19	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие(бананы)	109	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Пирожки печеные из сдобного теста (с капустой и яйцом)	120	8,38	9,60	42,46	289,70	535
	Конфеты шоколадные	20	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		449	9,87	11,25	100,36	542,75	
УЖИН	Хлеб пшеничный	43	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	460
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая	93	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		636	15,48	16,58	94,02	557,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (варенец)	179	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Батон с повидлом	57/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		252	7,3	5,58	28,36	193,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2875	90,26	92,48	469,8	2936,56	

Медицинская сестра

Баринаова С.А