



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

_____ Дамм В.В
« 08 » _____ 12 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 10 » _____ декабря 2023 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 14							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	8,90	22,50	197,95	139
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	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
	Сыр(порциями)	35	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		548	22,56	23,12	90,1	619,13	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (бананы)	63	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		63	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	43	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	139	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Суп картофельный с крупой(перловой)	300	9,57	12,24	18,87	222,87	114
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	385
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Икра кабачковая	27	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА ОБЕД		1009	31,33	32,19	118,45	621,07	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (бананы)	63	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка с творожным фаршем	100	7,52	5,82	7,80	113,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		363	7,2	6	37,49	218,02	
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
	Картофель отварной с маслом	200	3,86	8,06	29,68	205,86	152
	Голубцы ленивые	100	10,91	12,52	6,32	176,38	333
	Салат из лука репчатого	100	1,33	3,19	7,79	65,16	42/2
ИТОГО ЗА УЖИН		643					
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (кефир)	179	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	66/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		261	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2887	87,19	84,06	415,13	2357,5	

Медицинская сестра

Баринаева С.А