



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В  
« 22 » 12 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 24 » декабря 2023 г.**

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 2 День 14</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	8,90	22,50	197,95	<b>139</b>
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	<b>462</b>
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	<b>79</b>
	Хлеб пшеничный	46	7,60	0,80	49,20	234,40	<b>573</b>
	Сыр(порциями)	35	8,12	10,32	0,00	125,40	<b>75</b>
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>551</b>	<b>22,56</b>	<b>23,12</b>	<b>90,1</b>	<b>619,13</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (яблоко)	91	3,00	1,00	42,00	189,00	<b>82</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>91</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>42</b>	<b>189</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	46	3,80	0,40	24,60	117,20	<b>573</b>
	Хлеб ржаной	200	9,90	1,80	50,10	256,20	<b>574</b>
	Компот из чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	<b>494</b>
	Суп картофельный с крупой(перловой)	300	9,57	12,24	18,87	222,87	<b>114</b>
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	<b>385</b>
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	<b>307</b>
	Икра кабачковая	50	1,00	7,00	7,00	97,00	<b>150</b>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1342</b>	<b>31,33</b>	<b>32,19</b>	<b>118,45</b>	<b>621,07</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	<b>501</b>
	Фрукты свеж (яблоко)	91	0,81	0,18	7,29	34,02	<b>82</b>
	Ватрушка с творожным фаршем	100	7,52	5,82	7,80	113,70	<b>531</b>
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>391</b>	<b>7,2</b>	<b>6</b>	<b>37,49</b>	<b>218,02</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	46	6,08	0,64	39,36	187,52	<b>573</b>
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	<b>460</b>
	Картофель отварной с маслом	200	3,86	8,06	29,68	205,86	<b>152</b>
	Голубцы ленивые	100	10,91	12,52	6,32	176,38	<b>333</b>
	Салат из лука репчатого	100	1,33	3,19	7,79	65,16	<b>42/2</b>
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>646</b>					
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток ( кефир )	192	5,80	5,00	8,00	100,20	<b>470</b>
	Батон с повидлом	72/16	1,50	0,58	19,96	91,30	<b>72</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>280</b>	<b>7,3</b>	<b>5,58</b>	<b>27,96</b>	<b>191,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>3301</b>	<b>87,19</b>	<b>84,06</b>	<b>415,13</b>	<b>2357,5</b>	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.