



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

_____ Дамм В.В.
« 26 » апреля 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 29 » апреля 2024 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный	200	38,86	19,56	53,82	527,30	285
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	80	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		508	22,68	23,10	88,70	800,80	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсины+бананы)	164	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		164	1,8	0,4	16,2	75,6	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	163	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из сухофруктов+Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Суп картофельный с фрикадельками	300	12,93	12,60	21,09	243,78	123
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты из говядины	100	17,17	15,84	17,48	274,08	339
	Овощи свежие - огурцы(порциями)	67	0,80	0,10	1,50	10,00	149
ИТОГО ЗА ОБЕД		1080	33,95	34,15	99,7	810,85	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (апельсины+бананы)	164	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
	Конфеты шоколадные	0	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		424	4,32	5,65	84,36	314,87	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
	Рыба тушеная в томате с овощами	140	19,87	4,61	7,22	149,72	299
	Салат из свёклы с чесноком	100	1,64	5,37	8,55	88,81	34
ИТОГО ЗА УЖИН		740	22,61	21,10	73,11	527,91	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Снежок)	167	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Печенье	37	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		180	4,96	7,6	21,8	185,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3096	90,32	92	383,87	2715,83	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.