



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ГКО СУВУ г. Октябрьска

\_\_\_\_\_ Дамм В.В.  
 « 03 » мая 2024 г.

**Менюготавливаемых блюд  
 по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
 на « 04 » мая 2024 г.**

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша из крупы «Геркулес»	200	7,82	8,82	38,34	263,76	212
	Кофейный напиток	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	50	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная(порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	77
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>500</b>	<b>21,16</b>	<b>27,19</b>	<b>102,94</b>	<b>723,84</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (яблоки+бананы)	184	0,80	0,80	19,60	88,80	82
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>184</b>	<b>0,80</b>	<b>0,80</b>	<b>19,60</b>	<b>88,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	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 кураги +Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	300	11,67	15,03	20,67	263,67	129
	Зразы из говядины с рисом	100	14,57	12,87	18,27	240,72	336
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,15	7,70	44,60	288,52	202
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1093</b>	<b>36,7</b>	<b>37,86</b>	<b>96,98</b>	<b>965,65</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (яблоки+бананы)	184	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>444</b>	<b>5,17</b>	<b>7,54</b>	<b>77,84</b>	<b>399,88</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	50	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,82	1,48	15,98	83,94	460
	Гарнир сложный (капуста тушен+картофельное пюре)	200	5,32	7,58	27,26	197,76	392
	Салат из моркови с чесноком	100	1,49	6,08	7,25	89,47	21
	Кнели рыбные припущенные	100	19,23	2,17	5,34	117,96	302
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>650</b>	<b>19,56</b>	<b>17,16</b>	<b>95,19</b>	<b>561,8</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Йогурт	167	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	46/0	1,50	0,58	19,96	91,30	72
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>213</b>	<b>7,3</b>	<b>5,58</b>	<b>27,96</b>	<b>191,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>3084</b>	<b>90,69</b>	<b>96,13</b>	<b>420,51</b>	<b>2931,47</b>	

Медицинская сестра

Баринаова С.А.