



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГКО СУВУ г. Октябрьска

\_\_\_\_\_ Дамм В.В.  
« 04 » \_\_\_\_\_ июня 2024г.

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска**

на « 06 » \_\_\_\_\_ июня 2024 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 11</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная вязкая	200	8,02	7,76	43,56	276,18	225
	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
	Батон	46	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	35	8,12	10,32	0,00	125,40	75
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>501</b>	<b>18,5</b>	<b>22,83</b>	<b>90,86</b>	<b>628,96</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (Бананы)	103	3,00	1,00	42,00	189,00	82
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>103</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>42</b>	<b>189</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
	Напиток из шиповника + Вит «С»	200	0,60	0,20	22,52	94,32	496
	Суп картофельный с клецками	300	9,78	11,88	16,92	212,70	115
	Макаронные изделия отварные	180	6,53	6,34	38,79	238,66	256
	Колбасные изделия отварные (сосиски)	128	10,34	24,64	0,00	263,12	353
	Икра кабачковая	40	1,00	7,00	7,00	97,00	150
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1061</b>	<b>31,9</b>	<b>32,31</b>	<b>129,93</b>	<b>879,2</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Бананы)	103	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Оладьи	160	12,45	12,54	66,22	427,82	526
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>463</b>	<b>12,5</b>	<b>12,33</b>	<b>95,91</b>	<b>551,84</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Салат из моркови и яблок	100	0,93	6,18	7,41	89,05	22
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>700</b>	<b>16,3</b>	<b>17,15</b>	<b>97,58</b>	<b>494,75</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Ряженка)	167	6,88	5,00	11,00	116,20	470
	Вафли	20	1,20	6,60	21,60	150,00	580
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>197</b>	<b>8</b>	<b>11,6</b>	<b>32,6</b>	<b>266,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>3025</b>	<b>90</b>	<b>97,02</b>	<b>488,88</b>	<b>3009,95</b>	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.