



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 28 » июня 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 30 » июня 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 7							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	200	35,12	20,68	44,24	504,02	286
	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	46	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		506	25,94	28,15	109,58	832,16	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсины)	103	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		103	1,80	0,40	16,20	75,60	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	150	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 гороховый	300	18,00	14,22	32,76	329,79	127
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Салат из свежих помидор	82	1,23	5,15	5,80	74,38	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		1082	35,19	35,16	126,39	948,5	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (апельсины)	103	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Колбасные изделия, запеченные в тесте	100	5,32	12,99	0,32	139,59	536
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		403	5,17	13,35	31,54	269,55	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	112,76	462
	Плов из отварной птицы	200	23,22	26,42	31,92	456,32	375
	Салат из свеклы отварной	100	1,34	6,09	7,68	90,91	26
ИТОГО ЗА УЖИН		600	15,4	16,78	97,38	595,39	
2-Й УЖИН	Снежок	167	6,80	5,00	11,00	116,20	470
	Печенье	12	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		179	6,96	7,6	24,4	200,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2873	91	101,44	405,49	2921,4	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.