



УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Бибинина С.Ю.
« 19 » июля 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 21 » июля 2024 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 14							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	8,90	22,50	197,95	139
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	60	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Сыр(порциями)	21	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		546	22,56	23,12	90,1	619,13	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (апельсины)	100	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		100	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	60	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	195	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 картофельный с крупой(перловой)	300	9,57	12,24	18,87	222,87	114
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	385
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Икра кабачковая	48	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА ОБЕД		1103	31,33	32,19	118,45	621,07	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (апельсины)	100	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка с творожным фаршем	100	7,52	5,82	7,80	113,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	7,2	6	37,49	218,02	
УЖИН	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	460
	Картофель отварной с маслом	200	3,86	8,06	29,68	205,86	152
	Голубцы ленивые	100	10,91	12,52	6,32	176,38	333
	Салат из свежих огурцов	200	1,33	3,19	7,79	65,16	42/2
ИТОГО ЗА УЖИН		760					
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	200	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	60/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		276	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3185	87,19	84,06	415,13	2357,5	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.