



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

_____ Дамм В.В
« 30 » августа 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 01 » сентября 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	75	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Сыр (порциями)	36	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		576	22,56	23,12	90,1	619,13	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоко)	140	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		140	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	180	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		1078	31,33	32,19	118,45	621,07	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (яблоко)	140	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		440	7,2	6	37,49	218,02	
УЖИН	Хлеб пшеничный	75	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		775					
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	200	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	80/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		296	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3305	87,19	84,06	415,13	2357,5	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.