



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ГКО СУВУ г. Октябрьска

\_\_\_\_\_ Дамм В.В  
 « 27 » \_\_\_\_\_ 09 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
 по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
 на « 28 » сентября 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 День13</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая вязкая	200	5,60	6,78	43,28	256,34	217
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	80	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>535</b>	<b>18,07</b>	<b>19,13</b>	<b>94,02</b>	<b>574,84</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (Апельсины)	110	1,80	0,40	16,20	75,60	82
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>110</b>	<b>1,8</b>	<b>0,4</b>	<b>16,2</b>	<b>75,6</b>	
<b>ОБЕД</b>	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 сухофруктов+Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Рассольник Ленинградский	300	8,94	12,09	19,80	220,14	100
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Азу	100	14,68	14,59	6,33	208,32	325
	Салат из моркови с чесноком	100	1,49	6,08	7,25	89,47	21
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1130</b>	<b>33,13</b>	<b>34,29</b>	<b>127,14</b>	<b>879,24</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Бананы)	110	0,36	0,36	8,82	39,96	
	Ватрушка с повидлом	60	3,44	1,98	39,07	186,70	531
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>370</b>	<b>3,8</b>	<b>2,34</b>	<b>70,29</b>	<b>316,66</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	106	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Сложный гарнир (капуста тушёная+картофельное пюре)	200	5,32	7,58	27,26	197,76	392
	Салат витаминный	100	1,23	5,15	5,80	74,38	2
	Кнели рыбные припущенные	100	19,23	2,17	5,34	117,96	302
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>706</b>	<b>27,62</b>	<b>18,11</b>	<b>105,84</b>	<b>638,26</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Бифидок)	200	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	19	0,16	2,60	13,40	84,00	582
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>219</b>	<b>5,96</b>	<b>7,6</b>	<b>21,8</b>	<b>185,8</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>3070</b>	<b>90,38</b>	<b>81,87</b>	<b>435,29</b>	<b>2670,4</b>	

Медицинская сестра

Барина С.А.