



УТВЕРЖДАЮ
 Директор
 ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
 « 07 » 10 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
 по ГКО СУВУ г. Октябрьска
 на « 08 » октября 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 9							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	200	4,96	6,94	25,74	185,34	229
	Кофейный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	465
	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	64	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		509	19,3	20,38	93,34	744,96	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	85	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		85	0,8	0,8	19,6	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	200	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из кураги +Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Суп с рыбными консервами	300	16,08	20,10	18,09	317,01	122
	Рагу из птицы	200	25,54	27,68	17,64	419,34	376
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1050	37,51	37,9	134,12	809,19	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие(Яблоки)	85	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Пирожки печеные из сдобного теста (с капустой и яйцом)	120	8,38	9,60	42,46	289,70	535
	Конфеты шоколадные	19	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		424	9,87	11,25	100,36	542,75	
УЖИН	Хлеб пшеничный	70	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	460
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая	65	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		635	15,48	16,58	94,02	557,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Снежок)	167	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Батон с повидлом	89/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		272	7,3	5,58	28,36	193,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2975	90,26	92,48	469,8	2936,56	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.