



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

_____ Дамм В.В.
« 29 » ноября 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 02 » декабря 2024г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 8							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая	200	7,78	6,86	44,46	270,58	223
	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
	Батон	80	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	21	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		516	20,37	22,17	101,79	623,4	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	60	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		60	3,00	1,00	42,00	189,00	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	120	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Кисель из яблок свежих +Вит «С»	200	0,12	0,12	25,02	101,62	476
	Суп картофельный	300	9,99	12,36	22,11	238,23	112
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
	Шницель натуральный рубленный	100	17,63	22,34	9,87	311,06	319
	Салат из зеленого горошка и лука репчатого	100	2,60	5,22	5,93	80,06	42/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1070	36,16	34,18	105,92	859,15	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	60	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка с повидлом	60	3,44	1,98	39,07	186,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	4,25	2,16	68,76	310,72	
УЖИН	Хлеб пшеничный	115	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Запеканка картофельная с мясом	200	23,56	21,70	27,30	387,98	334
	Сельдь с луком	120	15,97	13,74	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		635	19,57	20,56	94,5	584,33	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	200	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	20	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		220	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2821	90,35	91,67	442,97	2818,2	

Медицинская сестра

Баринава С.А.