



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.

« 28 » декабря 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 31 » декабря 2024 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецеп туры
			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	60	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		505	19,3	20,38	93,34	744,96	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты (Киви, груша, мандарины)	96,115,115	0,80	0,80	19,60	8 8,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		326	0,8	0,8	19,6	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	184	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		1034	37,51	37,9	134,12	809,19	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты	326	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	16	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		662	9,87	11,25	100,36	542,75	
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
	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	54	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		614	15,48	16,58	94,02	557,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Бифидок)	192	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Батон с повидлом	92/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		300	7,3	5,58	28,36	193,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3441	90,26	92,48	469,8	2936,56	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.