



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 10 » января 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска**

на « 12 » января 2025 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 7							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	200	35,12	20,68	44,24	504,02	286
	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	92	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		547	25,94	28,15	109,58	832,16	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	46	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		46	1,80	0,40	16,20	75,60	
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 чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Суп гороховый	300	18,00	14,22	32,76	329,79	127
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Салат витаминный	100	1,23	5,15	5,80	74,38	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		1134	35,19	35,16	126,39	948,5	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	46	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Колбасные изделия, запеченные в тесте	100	5,32	12,99	0,32	139,59	536
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		346	5,17	13,35	31,54	269,55	
УЖИН	Хлеб пшеничный	99	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	112,76	462
	Плов из отварной птицы	200	23,22	26,42	31,92	456,32	375
	Салат из свеклы отварной	100	1,34	6,09	7,68	90,91	26
ИТОГО ЗА УЖИН		599	15,4	16,78	97,38	595,39	
2-Й УЖИН	Ряженка	192	6,80	5,00	11,00	116,20	470
	Печенье	18	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		210	6,96	7,6	24,4	200,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2882	91	101,44	405,49	2921,4	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.