



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 10 » января 2025 г.

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

на « 13 » января 2025г.

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 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	92	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	21	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		528	20,37	22,17	101,79	623,4	
2-й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	115	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-й ЗАВТРАК		115	3,00	1,00	42 ,00	189,00	
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
	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 рубленый	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		1134	36,16	34,18	105,92	859,15	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Апельсины)	115	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		375	4,25	2,16	68,76	310,72	
УЖИН	Хлеб пшеничный	119	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		639	19,57	20,56	94,5	584,33	
2-й УЖИН	Ряженка	192	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	21	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-й УЖИН		213	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3004	90,35	91,67	442,97	2818,2	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.