



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.
« 13 » января 2025 г.

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

на « 14 » января 2025 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
	Кофеинный 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)	42	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		517	19,3	20,38	93,34	744,96	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты (Яблоки)	50	0,80	0,80	19,60	8 8,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		50	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 (Яблоки)	50	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		386	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	74	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		634	15,48	16,58	94,02	557,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Снежок)	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		2921	90,26	92,48	469,8	2936,56	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.