



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

« 27 » января 2025 г.

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

на « 28 » 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 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)	20	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		522	19,3	20,38	93,34	744,96	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты (Апельсины)	115	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		115	0,8	0,8	19,6	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	231	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		1081	37,51	37,9	134,12	809,19	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты (Апельсины)	115	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		451	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	71	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		631	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		3100	90,26	92,48	469,8	2936,56	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.