



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 07 » 02 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

по ГКО СУВУ г. Октябрьска

на « 10 » февраля 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 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)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	86	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	36	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		542	20,37	22,17	101,79	623,4	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	77	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		77	3,00	1,00	42,00	189,00	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	171	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 рубленный	100	17,63	22,34	9,87	311,06	319
	Салат из зеленого горошка и лука репчатого	70	2,60	5,22	5,93	80,06	42/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1091	36,16	34,18	105,92	859,15	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	77	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		337	4,25	2,16	68,76	310,72	
УЖИН	Хлеб пшеничный	107	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	100	15,97	13,74	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		607	19,57	20,56	94,5	584,33	
2-Й УЖИН	Йогурт	179	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		200	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2854	90,35	91,67	442,97	2818,2	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.