



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

« 13 » января 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 14 » февраля 2025 г.**

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

| Прием<br>пищи        | Наименование<br>блюда                                          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетиче<br>ская<br>ценность | №<br>рецеп<br>туры |
|----------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|--------------------------------|--------------------|
|                      |                                                                |              | белки            | жиры  | углеводы |                                |                    |
| Неделя 2 День 12     |                                                                |              |                  |       |          |                                |                    |
| ЗАВТРАК              | Омлет натуральный                                              | 200          | 16,74            | 28,38 | 4,02     | 339,14                         | 268                |
|                      | Кофейный напиток с<br>молоком                                  | 200          | 3,24             | 3,12  | 18,24    | 113,76                         | 465                |
|                      | Масло сливочное<br>(порциями)                                  | 15           | 0,12             | 16,50 | 0,16     | 149,62                         | 79                 |
|                      | Хлеб пшеничный                                                 | 55           | 7,60             | 0,80  | 49,20    | 234,40                         | 573                |
|                      | Колбаса вареная<br>(порциями)                                  | 31           | 3,38             | 5,28  | 0,00     | 61,84                          | 77                 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК     |                                                                | 501          | 20,38            | 21,25 | 71,62    | 798,76                         |                    |
| 2-й<br>ЗАВТРАК       | Фрукты свежие (Яблоки)                                         | 46           | 0,80             | 0,80  | 19,60    | 88,80                          | 82                 |
| ИТОГО ЗА 2-й ЗАВТРАК |                                                                | 46           | 0,8              | 0,8   | 19,6     | 88,8                           |                    |
| ОБЕД                 | Хлеб пшеничный                                                 | 60           | 3,80             | 0,40  | 24,60    | 117,20                         | 573                |
|                      | Хлеб ржаной                                                    | 185          | 9,90             | 1,80  | 50,10    | 256,20                         | 574                |
|                      | Компот из кураги +Вит<br>«С»                                   | 200          | 0,98             | 0,06  | 23,00    | 95,94                          | 494                |
|                      | Щи из свежей капусты с<br>картофелем                           | 300          | 8,73             | 12,21 | 10,14    | 181,62                         | 104                |
|                      | Плов из отварной птицы                                         | 200          | 23,22            | 26,42 | 31,92    | 456,32                         | 375                |
|                      | Салат картофельный с<br>зеленым горошком                       | 100          | 2,01             | 6,31  | 10,82    | 107,53                         | 42                 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД        |                                                                | 1045         | 31,15            | 31,18 | 115,7    | 814,81                         |                    |
| ПОЛДНИК              | Сок фруктовый                                                  | 200          | 0,00             | 0,00  | 22,40    | 90,00                          | 501                |
|                      | Фрукты свежие (Яблоки)                                         | 46           | 1,32             | 0,45  | 18,00    | 85,05                          | 82                 |
|                      | Пирожки печеные из<br>сдобного теста (с<br>рыбными консервами) | 120          | 12,94            | 14,56 | 46,81    | 370,04                         | 535                |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК     |                                                                | 356          | 9,8              | 11,18 | 88,11    | 445,09                         |                    |
| УЖИН                 | Хлеб пшеничный                                                 | 55           | 6,08             | 0,64  | 39,36    | 187,52                         | 573                |
|                      | Чай с молоком                                                  | 200          | 1,72             | 1,48  | 15,98    | 83,94                          | 460                |
|                      | Жаркое по-домашнему                                            | 250          | 18,32            | 16,80 | 29,90    | 335,84                         | 328                |
|                      | Огурец<br>консервированный                                     | 110          | 0,80             | 0,10  | 1,50     | 10,00                          | 149                |
| ИТОГО ЗА УЖИН        |                                                                | 615          | 21,17            | 19,02 | 86,74    | 517,8                          |                    |
| 2-й УЖИН             | Кисломолочный напиток<br>(Бифидок)                             | 193          | 5,80             | 5,00  | 8,40     | 101,80                         | 470                |
|                      | Батон с повидлом                                               | 93/16        | 1,50             | 0,58  | 19,96    | 91,30                          | 72                 |
| ИТОГО ЗА 2-й УЖИН    |                                                                | 302          | 7,3              | 5,58  | 28,36    | 193,1                          |                    |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ        |                                                                | 2865         | 90.6             | 89.01 | 410.13   | 2858.36                        |                    |

**Медицинская сестра**

**Барина С.А.**