



УТВЕРЖДАЮ  
И.о.директора  
ГКО СУВУ г. Октябрьска  
Бибинина С.Ю.  
« 18 » марта 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 19 » марта 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая вязкая	200	6,84	6,86	39,80	248,54	<b>227</b>
	Кофеинный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	<b>465</b>
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	<b>79</b>
	Хлеб пшеничный	48	7,60	0,80	49,20	234,40	<b>573</b>
	Колбаса вареная (порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	<b>77</b>
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>498</b>	<b>21,18</b>	<b>22,56</b>	<b>107,4</b>	<b>708,16</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты свежие (апельсины)	67	0,80	0,80	19,60	88,80	<b>82</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>67</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,60</b>	<b>88,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	<b>573</b>
	Хлеб ржаной	160	9,90	1,80	50,10	256,20	<b>574</b>
	Компот из чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	<b>494</b>
	Рассольник Ленинградский	300	8,94	12,09	18,80	220,14	<b>100</b>
	Пюре из гороха с пассированым луком	225	19,60	5,47	46,53	313,38	<b>390</b>
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	<b>327</b>
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	<b>47</b>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>1135</b>	<b>34,15</b>	<b>35,77</b>	<b>110,6</b>	<b>821,11</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	<b>501</b>
	Фрукты (апельсины)	67	1,35	0,45	18,90	85,05	<b>82</b>
	Ватрушка с творожным фаршем	100	7,52	5,52	7,80	113,70	<b>531</b>
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>367</b>	<b>8,87</b>	<b>6,27</b>	<b>49,1</b>	<b>288,75</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный	48	6,08	0,64	39,36	187,52	<b>573</b>
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	<b>460</b>
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	<b>377</b>
	Шницель натуральный рубленый	100	17,63	22,34	9,87	311,06	<b>319</b>
	Сельдь с луком	100	15,97	13,74	3,96	203,44	<b>316</b>
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>648</b>	<b>17,45</b>	<b>20,63</b>	<b>94,49</b>	<b>673,29</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Снежок)	200	6,80	5,00	11,00	116,20	<b>470</b>
	Батон с повидлом	80/16	1,50	0,58	19,96	91,30	<b>72</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>296</b>	<b>8,3</b>	<b>5,58</b>	<b>30,96</b>	<b>207,5</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>3011</b>	<b>90,75</b>	<b>91,61</b>	<b>412,15</b>	<b>2787,61</b>	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.