



УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Бибинина С.Ю.

« 21 » 03 2025 г.

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

на « 24 » марта 2025 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 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	80	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр(порциями)	21	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		521	20,37	22,17	101,79	623,4	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоко)	116	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		116	3,00	1,00	42,00	189,00	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	160	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 рубленый	100	17,63	22,34	9,87	311,06	319
	Салат из свежих огурцов	100	2,60	5,22	5,93	80,06	42/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1110	36,16	34,18	105,92	859,15	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоко)	116	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		376	4,25	2,16	68,76	310,72	
УЖИН	Хлеб пшеничный	97	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	102	15,97	13,74	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		599	19,57	20,56	94,5	584,33	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	200	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	22	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		222	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2944	90,35	91,67	442,97	2818,2	

Медицинская сестра

Баринова С.А.