



УТВЕРЖДАЮ  
И.о.директора  
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Библинина С.Ю.  
« 24 » марта 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 25 » марта 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 1 День 9      |                                                              |              |                  |       |          |                                |                    |
| ЗАВТРАК              | Каша «Дружба»                                                | 200          | 4,96             | 6,94  | 25,74    | 185,34                         | 229                |
|                      | Кофейный напиток с<br>молоком                                | 200          | 3,24             | 3,12  | 18,24    | 113,76                         | 465                |
|                      | Масло сливочное<br>(порциями)                                | 20           | 0,12             | 16,50 | 0,16     | 149,62                         | 79                 |
|                      | Хлеб пшеничный                                               | 48           | 7,60             | 0,80  | 49,20    | 234,40                         | 573                |
|                      | Колбаса вареная<br>(порциями)                                | 30           | 3,38             | 5,28  | 0,00     | 61,84                          | 77                 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК     |                                                              | 498          | 19,3             | 20,38 | 93,34    | 744,96                         |                    |
| 2-Й<br>ЗАВТРАК       | Фрукты свежие<br>(Апельсины)                                 | 100          | 0,80             | 0,80  | 19,60    | 88,80                          | 82                 |
| ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК |                                                              | 100          | 0,8              | 0,8   | 19,6     | 88,8                           |                    |
| 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                |
|                      | Компот из кураги + Вит<br>«С»                                | 200          | 0,98             | 0,06  | 23,00    | 95,94                          | 494                |
|                      | Суп с рыбными<br>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        |                                                              | 1010         | 37,51            | 37,9  | 134,12   | 809,19                         |                    |
| ПОЛДНИК              | Сок фруктовый                                                | 200          | 0,00             | 0,00  | 22,40    | 90,00                          | 501                |
|                      | Фрукты свежие<br>(Апельсины)                                 | 100          | 1,35             | 0,45  | 18,90    | 85,05                          | 82                 |
|                      | Пирожки печеные из<br>сдобного теста (с<br>капустой и яйцом) | 120          | 8,38             | 9,60  | 42,46    | 289,70                         | 535                |
|                      | Конфеты шоколадные                                           | 18           | 0,14             | 1,20  | 16,60    | 78,00                          | 582                |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК     |                                                              | 438          | 9,87             | 11,25 | 100,36   | 542,75                         |                    |
| УЖИН                 | Хлеб пшеничный                                               | 48           | 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<br>говядины                                | 100          | 22,10            | 21,98 | 6,36     | 300,60                         | 327                |
|                      | Икра кабачковая                                              | 43           | 1,00             | 7,00  | 7,00     | 97,00                          | 150                |
| ИТОГО ЗА УЖИН        |                                                              | 591          | 15,48            | 16,58 | 94,02    | 557,76                         |                    |
| 2-Й УЖИН             | Кисломолочный напиток<br>(Бифидок)                           | 200          | 5,80             | 5,00  | 8,40     | 101,80                         | 470                |
|                      | Батон с повидлом                                             | 80/16        | 1,50             | 0,58  | 19,96    | 91,30                          | 72                 |
| ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН    |                                                              | 296          | 7,3              | 5,58  | 28,36    | 193,1                          |                    |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ        |                                                              | 2933         | 90,26            | 92,48 | 469,8    | 2936,56                        |                    |

Медицинская сестра

Баринаева С.А.