



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 25 » апреля 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 28 » апреля 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 1							
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запечённый	200	38,86	19,56	53,82	527,30	285
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	55	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	51,68	43,10	119,16	1055,80	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоко)	78	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		78	1,8	0,4	16,2	75,6	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	150	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из сухофруктов +Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Суп картофельный с фрикадельками	300	12,93	12,60	21,09	243,78	123
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты из говядины	100	17,17	15,84	17,48	274,08	339
	Овощи свежие помидоры (порциями)	94	0,80	0,10	1,50	10,00	149
ИТОГО ЗА ОБЕД		1094	48,92	38,76	164,55	1188,84	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	188	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоко)	78	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
	Конфеты шоколадные	18	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		344	4,32	8,65	84,36	432,79	
УЖИН	Хлеб пшеничный	88	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
	Рыба тушеная в томате	140	19,87	4,61	7,22	149,72	299
	Салат из свёклы с чесноком	100	1,64	5,37	8,55	88,81	34
ИТОГО ЗА УЖИН		728	36,61	20,70	99,11	727,91	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	188	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Печенье	26	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		214	5,96	7,6	21,8	185,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2968	149,29	119,11	505,18	3666,74	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.