



УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Бибинина С.Ю.
« 28 » марта 2025 г.

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

на « 30 » марта 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 2 День 14							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	8,90	22,50	197,95	139
	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
	Хлеб пшеничный	48	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Сыр (порциями)	21	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		539	22,56	23,12	90,1	619,13	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Бананы)	167	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		167	3	1	42	189	
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 чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Суп картофельный с крупой(перловой)	300	9,57	12,24	18,87	222,87	114
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	385
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Икра кабачковая	43	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА ОБЕД		1053	31,33	32,19	118,45	621,07	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие(бананы)	167	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка	100	7,52	5,82	7,80	113,70	531
	с творожным фаршем						
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		467	7,2	6	37,49	218,02	
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
	Картофель отварной с маслом	200	3,86	8,06	29,68	205,86	152
	Голубцы ленивые	100	10,91	12,52	6,32	176,38	333
	Салат из свежих огурцов	100	1,33	3,19	7,79	65,16	42/2
ИТОГО ЗА УЖИН		648	23,9	25,89	99,13	718,86	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	200	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	60/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		276	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3150	87,19	84,06	415,13	2357,5	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.