



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.

« 29 » августа 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 01 » сентября 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)	10	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	82	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		532	51,68	43,10	119,16	1055,80	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсин)	69	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		69	1,8	0,4	16,2	75,6	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	175	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
	Огурец консервированный	90	0,80	0,10	1,50	10,00	149
ИТОГО ЗА ОБЕД		1115	48,92	38,76	164,55	1188,84	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	188	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Апельсины)	69	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
	Конфеты шоколадные	22	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		339	4,32	8,65	84,36	432,79	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	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, тушенная в томате с овощами	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		740	36,61	20,7	99,11	727,91	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	169	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Печенье	20	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		189	5,96	7,6	21,8	185,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2984	149,29	119,21	505,18	3666,74	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.