



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.
« 30 » сентября 2025г.

**Меню приготовляемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 01 » октября 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 3							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	200	6,84	6,86	39,80	248,54	227
	Кофеинный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	465
	Масло сливочное (порциями)	10	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	21,18	32,56	107,4	808,16	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	125	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		125	0,8	0,8	19,60	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	131,25	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из чернослива+Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Рассольник Ленинградский	310	8,94	12,09	18,80	220,14	100
	Пюре из гороха с пассированым луком	225	19,60	5,47	46,53	313,38	390
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	327
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		1116,25	67,11	48,16	182,86	1421,22	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	187,5	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие(Апельсины)	125	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Ватрушка с творожным фаршем	60	7,52	5,52	7,80	113,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		372,5	8,87	5,97	49,1	288,75	
УЖИН	Хлеб пшеничный -Батон	80	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
	Шницель натуральный рубленый	100	17,63	22,34	9,87	311,06	319
	Сельдь с луком	107,81	15,97	13,74	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		687,81	45,34	46,22	94,49	974,66	
2-Й УЖИН	Бифидок	187,5	6,80	5,00	11,00	116,20	470
	Батон с повидлом	20/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		223,5	8,3	5,58	30,96	207,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3065,06	151,6	139,29	484,41	3789,09	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.