



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
_____ Дамм В.В.
« 05 » 09 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 06 » сентября 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 6							
ЗАВТРАК	Каша из крупы «Геркулес»	200	7,82	8,82	38,34	263,76	212
	Кофеинный напиток	200	3,24	3,12	18,24	113,76	465
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Хлеб пшеничный	50	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		500	22,16	34,52	105,94	823,38	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	68	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		68	0,80	0,80	19,60	88,80	
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 кураги +Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	300	11,67	15,03	20,67	263,67	129
	Зразы из говядины с рисом	100	14,57	12,87	18,27	240,72	336
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,15	7,70	44,60	288,52	202
ИТОГО ЗА ОБЕД		1105	53,28	44,12	190,93	1365,65	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	187	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Апельсины)	68	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		315	5,17	7,54	77,84	399,88	
УЖИН	Хлеб пшеничный	50	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,82	1,48	15,98	83,94	460
	Гарнир сложный (капуста тушен+картофельное пюре)	200	5,32	7,58	27,26	197,76	392
	Салат из моркови с чесноком	100	1,49	6,08	7,25	89,47	21
	Кнели рыбные припущеные	100	19,23	2,17	5,34	117,96	302
ИТОГО ЗА УЖИН		650	33,94	17,95	95,19	676,65	
2-Й УЖИН	Бифидок	187	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	79/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		282	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2920	122,65	110,5	517,46	3545,86	

Медицинская сестра

Баринова С.А.