



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.  
« 05 » 09 2025 г.

### Меню приготавливаемых блюд

по ГКО СУВУ г. Октябрьска

на « 07 » 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 7							
ЗАВТРАК	Сырники из творога запеченные	200	35,12	20,68	44,24	504,02	286
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Масло сливочное (порциями)	20	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	80	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	47,94	44,22	109,58	1032,52	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	73	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		73	1,80	0,40	16,20	75,60	
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 чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Суп гороховый	300	18,00	14,22	32,76	329,79	127
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Салат витаминный	100	1,23	5,15	5,80	74,38	2
ИТОГО ЗА ОБЕД		1125	57,14	35,16	176,39	1248,33	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	188	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Апельсины)	73	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Колбасные изделия, запеченные в тесте	100	5,32	12,99	0,32	139,59	536
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		361	5,68	13,35	31,54	269,55	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	112,76	462
	Плов из отварной птицы	200	23,22	26,42	31,92	456,32	375
	Салат из свеклы отварной	100	1,34	6,09	7,68	90,91	26
ИТОГО ЗА УЖИН		600	35,4	36,43	107,04	894,39	
2-Й УЖИН	Ряженка	187	6,80	5,00	11,00	116,20	470
	Печенье	18	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		205	6,96	7,6	24,4	200,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2904	154,92	137,16	465,15	3720,59	

Медицинская сестра

Барина С.А.