



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

« 11 » 09 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 12 » 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 2 День 12							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	200	16,74	28,38	4,02	339,14	268
	Кофейный напиток с молоком	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	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30,90	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505,90	31,08	54,08	71,62	898,76	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	73,70	0,80	0,80	19,60	88,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		73,70	0,8	0,8	19,6	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 кураги +Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Щи из свежей капусты с картофелем	300	8,73	12,21	10,14	181,62	104
	Плов из отварной птицы	200	23,22	26,42	31,92	456,32	375
	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,01	6,31	10,82	107,53	42
ИТОГО ЗА ОБЕД		981,25	48,64	47,2	150,58	1214,81	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	193,75	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	73,70	1,32	0,45	18,00	85,05	82
	Пирожки печеные из сдобного теста(с рыбными консервами)	120	12,94	14,56	46,81	370,04	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		387,45	14,26	15,01	87,21	545,09	
УЖИН	Батон	80	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	460
	Жаркое по-домашнему	200	18,32	16,80	29,90	335,84	328
	Огурец консервированный	90	0,8	0,1	1,5	10,00	149
ИТОГО ЗА УЖИН		570	26,92	19,02	86,74	617,3	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Бифидок)	187,50	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Батон с повидлом	20/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		223,5	7,3	5,58	28,36	193,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2741,8	129	141,69	444,11	3557,86	

Медицинская сестра

Баринаева С.А.