



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.
« 12 » 09 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 14 » сентября 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 14							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	8,90	22,50	197,95	139
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	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
	Сыр (порциями)	35	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		605	25,96	39,64	90,1	821,13	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	73,75	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		73,75	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	111,25	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из чернослива +Вит «С»	200	0,56	0,16	26,78	110,30	494
	Суп картофельный с крупой(перловой)	300	9,57	12,24	18,87	222,87	114
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	385
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Икра кабачковая	93,75	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА ОБЕД		1055	49,3	34,19	186,36	1250,77	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	187,5	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свеж (Апельсины)	73,75	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка с творожным фаршем	100	7,52	5,82	7,80	113,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		361,25	7,2	6	37,49	218,02	
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
	Картофель отварной с маслом	200	3,86	8,06	29,68	205,86	152
	Голубцы ленивые	100	10,91	12,52	6,32	176,38	333
	Салат луковый	100	1,33	3,19	7,79	65,16	42/2
ИТОГО ЗА УЖИН		680	23,9	25,89	99,13	718,86	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	196,87	5,80	5,00	8,00	100,20	470
	Батон с повидлом	20/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		232,87	7,3	5,58	27,96	191,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		3007,87	116,66	112,3	483,04	3380,28	

Медицинская сестра

Баринова С.А.