



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

« 22 » сентября 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

**по ГКО СУВУ г. Октябрьска**

**на « 23 » сентября 2025 г.**

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
<b>Неделя 1 День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша «Дружба»	200	4,96	6,94	25,74	185,34	<b>229</b>
	Кофеинный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	<b>465</b>
	Масло сливочное (порциями)	10	0,12	16,50	0,16	149,62	<b>79</b>
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	<b>573</b>
	Колбаса вареная (порциями)	30,9	3,38	5,28	0,00	61,84	<b>77</b>
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>540,9</b>	<b>19,3</b>	<b>32,64</b>	<b>93,34</b>	<b>744,96</b>	
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>	Фрукты (Апельсины)	125	0,80	0,80	19,60	8 8,80	<b>82</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК</b>		<b>125</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,6</b>	<b>88,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	<b>573</b>
	Хлеб ржаной	131,25	9,90	1,80	50,10	256,20	<b>574</b>
	Компот из кураги + Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	<b>494</b>
	Суп с рыбными консервами	300	16,08	20,10	18,09	317,01	<b>122</b>
	Рагу из птицы	200	25,54	27,68	17,64	419,34	<b>376</b>
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	<b>47</b>
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>981,25</b>	<b>58,51</b>	<b>56,3</b>	<b>143,12</b>	<b>1309,09</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок фруктовый	187,5	0,00	0,00	22,40	90,00	<b>501</b>
	Фрукты (Апельсины)	125	1,35	0,45	18,90	85,05	<b>82</b>
	Пирожки печеные из сдобного теста (с капустой и яйцом)	120	8,38	9,60	42,46	289,70	<b>535</b>
	Конфеты шоколадные	16,25	0,14	1,20	16,60	78,00	<b>582</b>
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>448,75</b>	<b>9,87</b>	<b>11,25</b>	<b>100,36</b>	<b>542,75</b>	
<b>УЖИН</b>	Хлеб пшеничный - Батон	80	6,08	0,64	39,36	187,52	<b>573</b>
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	<b>460</b>
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	<b>377</b>
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	<b>327</b>
	Икра кабачковая	76,31	1,00	7,00	7,00	97,00	<b>150</b>
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>656,31</b>	<b>34,84</b>	<b>39,12</b>	<b>94,02</b>	<b>857,76</b>	
<b>2-Й УЖИН</b>	Кисломолочный напиток (Бифидок)	187,5	5,80	5,00	8,40	101,80	<b>470</b>
	Батон с повидлом	200/16	1,50	0,58	19,96	91,30	<b>72</b>
<b>ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН</b>		<b>223,5</b>	<b>7,3</b>	<b>5,58</b>	<b>28,36</b>	<b>193,1</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>2975,71</b>	<b>130,62</b>	<b>145,69</b>	<b>478,8</b>	<b>3736,46</b>	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.