



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска

Дамм В.В.
« 03 » октября 2025 г.

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

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 8							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая	200	7,78	6,86	44,46	270,58	223
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Масло сливочное (порциями)	10	0,12	16,50	0,16	149,62	79
	Батон	100	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	32	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		542	26,76	39,7	113,76	923,36	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоко)	79,68	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		79,68	3,00	1,00	42,00	189,00	
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
	Кисель из яблок свежих +Вит «С»	200	0,12	0,12	25,02	101,62	476
	Суп картофельный	310	9,99	12,36	22,11	238,23	112
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
	Шницель натуральный рубленный	100	17,63	22,34	9,87	311,06	319
	Салат из зеленого горошка и лука репчатого	100	2,60	5,22	5,93	80,06	42/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1091,25	48,3	49,04	153,53	1245,59	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	187,5	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоко)	79,68	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Ватрушка с повидлом	60	3,44	1,98	39,07	186,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		327,18	4,25	2,16	68,76	310,72	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Запеканка картофельная с мясом	200	23,56	21,70	27,30	387,98	334
	Сельдь с луком	120	15,97	13,74	3,96	203,44	316
ИТОГО ЗА УЖИН		620	47,57	36,34	94,5	884,14	
2-Й УЖИН	Кисломолочные продукты(Ряженка)	187,5	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	19,37	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		206,87	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2866,98	136,88	139,84	502,55	3804,61	

Медицинская сестра

Арина Л.Н.