



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.
« 10 » октября 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 11 » октября 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 13							
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	200	5,60	6,78	43,28	256,34	217
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Масло сливочное (порциями)	10	0,06	8,25	0,08	74,81	79
	Батон	100	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	18,36	22,07	108,54	710,03	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	73,12	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		73,12	1,8	0,4	16,2	75,6	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	122,25	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из сухофруктов +Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Рассольник Ленинградский	310	8,94	12,09	19,80	220,14	100
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Азу	100	14,68	14,59	6,33	208,32	325
	Салат из моркови с чесноком	100	1,49	6,08	7,25	89,47	21
ИТОГО ЗА ОБЕД		1082,25	43,13	42,98	157,86	1178,91	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	187,5	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	73,12	0,36	0,36	8,82	39,96	
	Ватрушка с повидлом	60	3,44	1,98	39,07	186,70	531
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320,62	3,8	2,34	70,29	316,66	
УЖИН	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Сложный гарнир (капуста тушеная+ картофельное пюре)	200	5,32	7,58	27,26	197,76	392
	Салат витаминный	100	1,23	5,15	5,80	74,38	2
	Кнели рыбные припущеные	100	19,23	2,17	5,34	117,96	302
	ИТОГО ЗА УЖИН	700	36,62	18,82	105,84	738,26	
2-Й УЖИН	Снекок	187,5	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Печенье	18,43	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		205,93	5,96	7,6	21,8	185,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2931,92	109,67	94,21	480,53	3205,19	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.