



УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Бибинина С.Ю.
« 24 » октября 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 27 » октября 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецеп туры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запечённый	150	38,86	19,56	53,82	527,30	285
	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	114,28	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	267
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		514,28	51,62	34,85	119,08	980,99	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	50,35	1,80	0,40	16,20	75,60	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		50,35	1,8	0,4	16,2	75,6	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	132	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из сухофруктов +Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Суп картофельный с клецками	310	9,75	11,88	16,92	212,70	115
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Котлеты из говядины	100	17,17	15,84	17,48	274,08	339
	Огурец консервированный	102,85	0,80	0,10	1,50	10,00	149
ИТОГО ЗА ОБЕД		1094,85	45,74	38,04	160,38	1157,76	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	214,28	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	50,35	0,36	0,36	8,82	39,96	82
	Коржик молочный	60	3,82	7,09	36,54	224,83	547
	Конфеты шоколадные	16,42	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		341,05	4,32	8,65	84,36	432,79	
УЖИН	Хлеб пшеничный	121,42	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,90	141,22	380
	Рыба, тушенная в томате с овощами	140	19,87	4,61	7,22	149,72	299
	Салат из свёклы с чесноком	100	1,64	5,37	8,55	88,81	34
ИТОГО ЗА УЖИН		761,42	36,61	20,7	99,11	727,91	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	192,85	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Печенье	27,42	0,16	2,60	13,40	84,00	582
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		220,27	5,96	7,6	21,8	185,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2982,22	146,05	110,24	500,93	3560,85	

Медицинская сестра

Баринаова С.А.