



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

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска
на « 28 » октября 2025 г.**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	190	16,74	28,38	4,02	339,14	0,08
	Какао с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	462
	Масло сливочное (порциями)	10	0,06	8,25	0,08	74,81	79
	Батон	106,66	7,50	2,90	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	32	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		538,66	35,66	52,97	73,24	917,11	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	63	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		63	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	140	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Кисель из яблок свежих	200	0,12	0,12	25,02	101,62	476
	Щи из свежей капусты с картофелем	310	8,73	12,21	10,14	181,62	104
	Плов из отварной птицы	200	23,22	26,42	31,92	456,32	375
	Салат картофельный с зелёным горошком	100	2,01	6,31	10,82	107,53	42
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	47,78	47,26	152,6	1220,49	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00		22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	63	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Пирожки печенные с картофелем и луком	120	7,76	8,70	47,51	299,22	535
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		383	8,57	8,88	77,2	423,24	
УЖИН	Хлеб пшеничный	110	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Макаронные изделия отварные	180	6,53	6,34	38,79	238,66	256
	Бефстроганов из отварной говядины с соусом молочным	100	24,54	24,03	10,74	346,38	326
	Икра кабачковая	66,66	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		656,66	40,11	38,27	119,77	974,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Ряженка)	200	5,80	5,0	8,00	100,20	470
	Вафли с начинкой сливочной	20,4	1,20	6,60	21,60	150	580
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		220,4	7,0	11,6	29,6	250,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2861,72	142,12	159,98	494,36	3974,8	

Медицинская сестра

Баринова С.А.