



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

**Меню приготавливаемых блюд  
по ГКО СУВУ г. Октябрьска  
на « 31 » октября 2025 г.**

**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 5							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	170	34,92	25,08	38,02	518,06	279
	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)	30	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		518,66	53,84	49,67	107,24	1096,03	
2-й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Яблоки)	68,16	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-й ЗАВТРАК		68,16	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
	Компот из сухофруктов + Вит «С»	200	0,38	0,00	24,46	98,88	495
	Борщ с капустой и картофелем	310	10,62	12,39	21,54	236,34	95
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	250	18,47	6,88	26,60	241,83	313
	Салат из свеклы с чесноком	100	1,64	5,37	8,55	88,81	34
ИТОГО ЗА ОБЕД		1050	44,81	26,84	155,85	1039,26	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежие (Яблоки)	68,16	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		328,16	4,25	2,16	68,76	310,72	
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
	Азу	100	14,68	14,59	6,33	208,32	325
	Салат картофельный с зеленым горошком	100	2,01	6,31	10,82	107,53	42
	Рис отварной	200	4,76	7,18	47,98	275,44	385
ИТОГО ЗА УЖИН		710	29,49	28,98	128,37	884,01	
2-й УЖИН	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Вафли	21,53	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-й УЖИН		221,53	7	11,6	30	251,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2896,51	142,39	120,25	532,22	3770,82	

Медицинская сестра

Баринаова С.А.