



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.
« 30 » декабря 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд
по ГКО СУВУ г. Октябрьска**

на « 01 » января 2026 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2 День 11							
ЗАВТРАК	Каша пшененная вязкая	200	8,02	7,76	43,56	276,18	225
	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	100	7,50	2,9	50,90	264,00	576
	Сыр (порциями)	30	8,12	10,32	0,00	125,40	75
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	26,94	32,35	112,78	854,15	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты свежие (Апельсины)	53,92	3,00	1,00	42,00	189,00	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		53,92	3	1	42	189	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	151,43	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Напиток из шиповника + Вит «С»	200	0,60	0,20	22,52	94,32	496
	Суп картофельный с клецками	310	9,78	11,88	16,92	212,70	115
	Макаронные изделия отварные	180	6,53	6,34	38,79	238,66	256
	Колбасные изделия отварные (Сосиски)	103	10,34	24,64	0,00	263,12	353
	Икра кабачковая (промышленного производства)	71,42	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА ОБЕД		1065,85	41,9	52,26	159,93	1279,2	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты свежи (Апельсины)	53,92	0,81	0,18	7,29	34,02	82
	Оладьи	160	12,45	12,54	66,22	427,82	526
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		413,92	13,2	12,72	95,91	551,84	
УЖИН	Хлеб пшеничный	121,42	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Чай с лимоном	200	0,44	0,10	14,04	58,32	459
	Котлеты рыбные	100	19,71	5,41	11,03	171,76	307
	Салат из моркови и яблок	100	0,93	6,18	7,41	89,05	22
	Капуста тушеная	200	4,26	6,80	15,9	141,22	380
ИТОГО ЗА УЖИН		721,42	32,9	19,29	97,58	694,75	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Снежок)	178,57	6,88	5,00	11,00	116,20	470
	Вафли с начинкой сливочной	19,28	1,20	6,60	21,60	150,00	580
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		197,85	8	11,6	32,6	266,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2992,96	125,9	129,22	540,72	3835,14	

Медицинская сестра

Баринова С.А.