



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКО СУВУ г. Октябрьска
Дамм В.В.

« 29 » декабря 2025 г.

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

на « 30 » декабря 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 9							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба»	200	4,96	6,94	25,74	185,34	229
	Кофейный напиток с молоком	200	3,24	3,12	18,24	113,76	465
	Масло сливочное (порциями)	10	0,06	8,25	0,08	74,81	79
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	573
	Колбаса вареная (порциями)	30	3,38	5,28	0,00	61,84	77
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	19,24	24,39	93,26	670,15	
2-Й ЗАВТРАК	Фрукты (Апельсины)	52,85	0,80	0,80	19,60	8 8,80	82
ИТОГО ЗА 2-Й ЗАВТРАК		52,85	0,8	0,8	19,6	88,8	
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573
	Хлеб ржаной	128,57	9,90	1,80	50,10	256,20	574
	Компот из плодов или ягод сушёных (из кураги) + Вит «С»	200	0,98	0,06	23,00	95,94	494
	Суп с рыбными консервами	300	16,08	20,10	18,09	317,01	122
	Рагу из птицы	200	25,54	27,68	17,64	419,34	376
	Винегрет овощной	100	2,21	6,26	9,69	103,40	47
ИТОГО ЗА ОБЕД		978,57	58,51	56,3	143,12	1309,09	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	501
	Фрукты (Апельсины)	52,85	1,35	0,45	18,90	85,05	82
	Пирожки печеные из сдобного теста (с капустой и яйцом)	120	8,38	9,60	42,46	289,70	535
	Конфеты шоколадные	20,71	0,14	1,20	16,60	78,00	582
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		393,56	9,87	11,25	100,36	542,75	
УЖИН	Хлеб пшеничный	107,14	6,08	0,64	39,36	187,52	573
	Чай с молоком	200	1,72	1,48	15,98	83,94	460
	Пюре картофельное	200	3,94	8,02	25,32	188,70	377
	Гуляш из отварной говядины	100	22,10	21,98	6,36	300,60	327
	Икра кабачковая (промышленного производства)	71,42	1,00	7,00	7,00	97,00	150
ИТОГО ЗА УЖИН		678,56	34,84	39,12	94,02	857,76	
2-Й УЖИН	Кисломолочный напиток (Йогурт)	178,57	5,80	5,00	8,40	101,80	470
	Батон с повидлом	25/16	1,50	0,58	19,96	91,30	72
ИТОГО ЗА 2-Й УЖИН		219,57	7,3	5,58	28,36	193,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2863,11	130,56	137,44	478,72	3661,65	

Медицинская сестра

Аринина Л.Н.