

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор СПб ГБСУ СО
«Психоневрологический интернат №6»



И.Г. Костив
2024г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**Для получателей социальных услуг Санкт-Петербургского
государственного бюджетного стационарного учреждения
социального обслуживания
« Психоневрологический интернат № 6»**

**(ОВД-9)
Сезон: Лето
(Июнь-Август)**

2024 год

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Ветчина 30гр.	30					232,01
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	7	39	254	259
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82	342
	Итого за завтрак	548	18	18	97	607	
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172	241,01
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
	Итого за завтрак 2	585	9		45	194	
обед	Щи из свежей капусты со сметаной (Д)	500/10	3	7	13	128	214,05
	Плов из свинины (Д) (О)	200/50	16	32	43	522	147,02
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
	Итого за обед	1 060	24	40	106	864	
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Итого за полдник	235	8	7	20	175	
ужин	Икра кабачковая	100	2	9	9	122	93
	Рыба жареная 75 гр.	75	16	5	2	118	166,02
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр. (Лето)	250	8	6	60	327	141,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
	Итого за ужин	684	28	20	96	674	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Итого за На день	8				2	
Итого за день		3 120	87	85	364	2516	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Колбаса в/к	30	5	10		113	73
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320.02
Итого за завтрак		620	44	42	78	863	
завтрак 2							
	Черешня 385 (Лето)	385	4		47	223	295
Итого за завтрак 2		385	4		47	223	
обед							
	Огурец свежий 100 (Лето)	100	1		3	14	273
	Суп картофельный с горохом(Д)	500	10	6	32	216	190
	Шницель рыбный натуральный (Д) (Лето)	75	24	11	8	222	210.03
	Овощи в молочном соусе (Д)	200/50	4	5	17	133	133.03
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325.01
Итого за обед		1 225	51	23	114	821	
полдник							
	Кефир	200	6		8	60	97
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
Итого за полдник		235	9	3	33	198	
ужин							
	Салат из свежих помидор и огурцов с репчатым луком и майонезом100 гр. (Лето)	100	1	13	4	143	291.03
	Поджарка(свинина) (Д)	50/15	10	32	2	335	148.01
	Макароны отварные с маслом (200) (Лето)	200/5	7	4	53	274	175.01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		629	20	49	84	859	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88.01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 102	128	117	356	2966	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Яйцо вареное	40				3	2 222
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	6	40	250	256
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	какао на фруктозе с молоком	200	5	4	8	86	92
Итого за завтрак		558	19	17	98	610	
завтрак 2	Абрикос 385 (Лето)	385	1		20	88	306,01
	Итого за завтрак 2	385	1		20	88	
обед	Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
	Суп с макаронными курой (Д) (Лето)	500/25	9	4	19	150	60,05
	Кура отварная	100	22	9	1	178	116,01
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом (Д)	200	7	13	16	214	266,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
Итого за обед		1 175	43	27	88	763	
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Булочка	100	7	2	51	251	229
Итого за полдник		300	13	10	59	379	
ужин	Томат свежий 100	100	1		4	21	272
	запеканка картофельная с мясом сметаной (Лето)	243/10	20	21	55	488	1
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		612	23	21	84	616	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 038	99	75	349	2458	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сосиски отварные	50	6	13		139	184
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/3	8	8	33	239	249
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320.02
Итого за завтрак		578	21	30	101	746	
завтрак 2	Персик (Лето)	385	3			162	327
	Итого за завтрак 2	385	3			162	
обед	Рассольник ленинградский со сметаной (Д)	500/20	3	12	17	190	161,01
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301	16
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр. (Лето)	200/5	11	5	57	319	335
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чеснок	7			1	7	207
	Сок томатный	231			12	65	129
Итого за обед		1 188	29	45	142	1096	
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
	Итого за полдник	235	9	8	33	238	
ужин	Томаты свежие (Лето)	50	1		2	10	150
	Котлеты рыбные (филе) 1Д (Лето)	100	15	9	18	211	13,03
	Рагу овощное2 (Д) (Лето)	250	4	7	18	151	159,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		659	22	16	63	479	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Итого за На день	8				2	
Итого за день		3 053	84	99	339	2723	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104	104
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82	342
Итого за завтрак		620	46	43	68	839	
завтрак 2	Яблоки 385 гр. (Лето)	385	1		44	179	217,01
	Итого за завтрак 2	385	1		44	179	
обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (Д)	500/10	4	5	21	143	227,01
	Каша пшениная рассыпчатая со сливочным маслом	200/5	10	5	55	309	154,01
	Мясо тушеное (Д)	50/75	11	33	4	354	132,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
Итого за обед		1 140	30	44	130	1020	
полдник	Кефир	200	6		8	60	97
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Итого за полдник	235	8	2	20	135	
ужин	Салат из свежих огурцов с луком репчатым 100 г.Д (Лето)	100	1		4	18	31,01
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140	321,01
	Каша Гречневая рассыпчатая (Лето)	150/5	8	3	42	231	240
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		564	25	11	73	496	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		2 952	110	100	335	2671	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Яйцо вареное	40				3	2 222
	Каша ассорти(пшено,рис)на молоке с фруктозой	200/5/3	6	6	27	189	19
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320,02
Итого за завтрак		568	13	15	95	560	
завтрак 2							
	Слива(385) (Лето)	385	3		38	165	181,01
Итого за завтрак 2		385	3		38	165	
обед							
	Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д) (Л) (Лето)	500/35	11	8	20	197	34,07
	Пудинг 50гр. (Лето)	50	8	8	3	108	11,03
	перец фаршированный овощами и рисом 250г (Лето)	250/25					337,04
	Чеснок	7			1	7	207
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28	106
Итого за обед		1 217	25	17	82	561	
полдник							
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
Итого за полдник		235	9	11	33	266	
ужин							
	Салат из редиса75 гр. (Лето)	75	1	10	3	106	298,01
	Рыба жареная (филе) (Д) (Лето)	75	15	11	4	169	166,03
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	60	327	141,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		659	26	27	92	709	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 072	76	70	340	2263	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66	23,02
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/3	8	8	33	239	249
	Масло сливочное	10		6		57	22
	какао на фруктозе с молоком	200	5	4	8	86	92
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за завтрак		543	23	24	91	662	
завтрак 2	Абрикос 385 (Лето)	385	1		20	88	306,01
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191	315
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
Итого за завтрак 2		635	10	13	42	301	
обед	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом цыплят (Д)	500/25/10	3	7	13	128	214,03
	Сердце тушеное в соусе Д)	50/75	13	14	4	196	262,01
	Морковь тушеная с рисом (Д)	250	4	7	34	217	10,02
	Сок томатный	231			12	65	129
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 241	25	29	113	820	
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Булочка 75 гр.	75	5	1	37	179	229,01
Итого за полдник		275	11	6	45	279	
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным 150 (Лето)	150	2	5	16	115	87
	картофель отварной с тушенкой (Д)	200	11	9	29	243	288,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		609	15	14	70	465	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 311	84	86	361	2529	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Яйцо вареное	40				3	2 222
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/3	8	8	33	239	249
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320,02
Итого за завтрак		568	15	17	101	610	
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179	217,01
Итого за завтрак 2		385	1		44	179	
обед	Борщ сибирский со сметаной (Д)	500/10	8	8	30	223	228,02
	Мясо тушеное (Д) (Лето)	50/75	11	33	4	354	132,01
	Каша Гречневая рассыпчатая (Лето)	150/5	8	3	42	231	240
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
Итого за обед		1 090	32	45	126	1022	
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
Итого за полдник		235	8	19	25	301	
ужин	Салат из сырых овощей 100гр. (Лето)	100	2	13	4	144	63,01
	Шницель рыбный (из филе) натуральный 75	75	13	9	8	162	209,03
	Морковное пюре(О)	250	3	11	21	196	128,03
	Батон нарезной из муки в/с32	32	2		17	75	42,04
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
	Лимон	7				2	121
Итого за ужин		723	22	33	75	686	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 009	78	114	371	2800	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66	23,02
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82	342
Итого за завтрак		605	46	39	68	801	
завтрак 2	Персик (Лето)	385	3			162	327
	Итого за завтрак 2	385	3			162	
обед	Суп картофельный с грибами (Д) (Лето)	500/20	2	7	10	114	192,01
	Гуляш (свинина) (Лето)	50/75	10	27	5	301	16
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр. (Лето)	200/5	5	4	43	231	162,01
	Чеснок	7			1	7	207
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
	Итого за обед	1 157	29	39	113	889	
полдник	Кефир	200	6		8	60	97
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Итого за полдник	235	8	2	20	135	
ужин	Салат из перца сладкого 100 г. (Лето)	100	1	3	5	51	173
	Рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. (Лето)	75	1	5	3	55	169,01
	Каша пшенная рассыпчатая со сливочным маслом	200/5	10	5	55	309	154,01
	Чай с фруктозой	200/9					206
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Итого за ужин	639	14	13	88	522	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Итого за На день	8				2	
Итого за день		3 029	100	93	289	2511	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Колбаса в/к	30	5	10		113	73
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320,02
Итого за завтрак		620	44	42	78	863	
завтрак 2							
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
	Черешня 385 (Лето)	385	4		47	223	295
Итого за завтрак 2		585	11		51	245	
обед							
	Суп из овощей со сметаной с курой(Д)	500/25/10	12	8	20	201	344
	Кура отварная	100	22	9	1	178	116,01
	Рагу овощное2 (д)	250	4	7	18	151	159,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок томатный	231			12	65	129
Итого за обед		1 216	43	25	101	809	
полдник							
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
Итого за полдник		235	8	22	25	329	
ужин							
	Томат свежий 100 (Лето)	100	1		4	21	272
	Бефстроганов (Д)	50/50	17	17	6	243	225,01
	Макароны отварные с маслом (200) (Лето)	200/5	7	4	53	274	175,01
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		714	31	21	114	762	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 378	137	110	369	3010	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104	104
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	7	39	254	259
	какао на фруктозе с молоком	200	5	4	8	86	92
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за завтрак		558	24	27	97	715	
завтрак 2							
	Абрикос 385 (Лето)	385	1		20	88	306,01
Итого за завтрак 2		385	1		20	88	
обед							
	Борщ холодный сметаной (Д) (Лето)	500/15	9	6	15	150	300,01
	Поджарка(свинина) (Д) (Лето)	50/15	10	32	2	335	148,01
	Макароны отварные 180 г. (Лето)	180/5	7	1	48	224	123,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28	106
Итого за обед		1 065	32	40	121	951	
полдник							
	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
Итого за полдник		235	8	7	20	175	
ужин							
	Салат витаминный (2) (Д) 100 гр. (Лето)	100	2	5	5	72	70,03
	Сердце тушеное в соусе Д) (Лето)	50/75	13	14	4	196	262,01
	Каша перловая отварная рассыпчатая	150	5	4	37	199	141
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		634	22	23	71	574	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		2 885	87	97	329	2505	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Сыр 25гр.	25	5	5		66	23,02
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320,02
Итого за завтрак		615	44	37	78	816	
завтрак 2							
	Вишня 385гр. (Лето)	385	3		44	189	296,01
Итого за завтрак 2		385	3		44	189	
обед							
	Солянка сборная со сметаной (Д)	500/20/10	6	17	11	224	72,03
	Шницель рыбный натуральный	75	12	9	8	158	210
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	60	327	141,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
Итого за обед		1 155	31	33	129	923	
полдник							
	Кефир	200	6		8	60	97
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
Итого за полдник		235	9	3	33	198	
ужин							
	Огурец свежий 100 (Лето)	100	1		3	14	273
	Пудинг 75 (Лето)	75	11	11	4	162	11,02
	Баклажаны, фаршированные овощами 270г. (Лето)	270	3	12	22	209	309,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		704	17	23	54	492	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 102	104	96	338	2620	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113	73
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	6	40	250	256
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82	342
Итого за завтрак		548	23	27	98	716	
завтрак 2	Слива(385) (Лето)	385	3		38	165	181,01
	Итого за завтрак 2	385	3		38	165	
обед	Щи из свежей капусты сметаной (Д)	500/10	4	5	23	154	214,08
	Кура отварная (Лето)	100	22	9	1	178	116,01
	Рагу овощное1 (Д)	250	4	6	21	158	158,01
	Чеснок	7			1	7	207
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
Итого за обед		1 167	42	21	100	733	
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161	61
Итого за полдник		228	8	19	22	289	
ужин	Салат из моркови 100 г.	100	1	7	11	111	84,01
	Печень по-строгановски(Д)	50/50	16	11	6	191	142,01
	Каша Гречневая рассыпчатая (Лето)	150/5	8	3	42	231	240
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		614	27	21	84	640	
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		2 950	103	88	342	2545	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 2

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Яйцо вареное	40				3	2 222
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97	320,02
Итого за завтрак		630	39	32	78	753	
завтрак 2	Яблоки 385 гр. (Лето)	385	1		44	179	217,01
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325,01
	Итого за завтрак 2		585	8	48	201	
обед	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д) (Л) (Лето)	500/35	11	8	20	197	34,07
	Шницель натуральный рубленый 70	70	10	27	6	304	208,04
	Капуста тушеная свежая без сахара (д) (Лето)	250	6	9	18	174	95,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок томатный	231			12	65	129
	Итого за обед		1 186	32	45	106	954
	полдник						
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Пирожок с морковкой	100	6	2	43	213	6
	Итого за полдник		300	12	7	51	313
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком100 (Лето)	100	2	10	10	136	32,01
	Рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. (Лето)	75	1	5	3	55	169,01
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	60	327	141,01
	Батон нарезной из муки в/с41	41	3		21	96	42,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
	Итого за ужин		725	16	21	119	721
	На день						
На день	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		8				2	
Итого за день		3 434	107	105	402	2944	

Итого за период	43 435	1384	1335	4884	37061	
Среднее значение за период		98,9	98,4	948,9	2647,2	

Составил Степанов
Сек М/с диетическая

Утвердил

И.Г. Косбурв



В данном журнале пронумеровано и
прошнуровано 16

листов

Директор СПб ГБУ СО
Психоневрологический интернат №6

(И.Г.Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

(Н.М.Мох)