

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
**Директор СПб ГБУ 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 »  
Центр социальной реабилитации инвалидов трудоспособного  
возраста**

**(ОВД-9)**  
**Сезон: Лето**  
**(Июнь-Август)**

**2024 год**

# **Меню приготавливаемых блюд**

Рацион: ОВД 9

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Ветчина	50	5	24		235	232
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой (жидкая)	200/5/5	9	7	39	254	258,02
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	4	4	8	82	114,01
	<b>Итого за завтрак</b>	570	23	42	97	842	
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172	241,01
	<b>Итого за завтрак 2</b>	385	2		41	172	
обед	Томаты очищенные в т.с. (Лето)	50			1	5	149,02
	Щи из свежей капусты Д (Лето)	500//10	4	7	19	156	277,03
	картофель отварной с тушенкой (Лето)	275	15	13	39	335	288
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой (Д) 250 гр.	250	1		9	38	
	<b>Итого за обед</b>	1 185	25	21	118	748	
полдник	Булочка	100	7	2	51	252	229
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	<b>Итого за полдник</b>	340	9	4	63	327	
ужин	Салат из помидоров, сладкого перца (Д) (Лето)	75/5	1	5	3	61	342
	Плов из свинины	200/50	16	30	47	519	25
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	<b>Итого за ужин</b>	585	19	35	75	687	
Ужин 2	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
	<b>Итого за Ужин 2</b>	215	6	5	23	160	
На день	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	<b>Итого за На день</b>	6				2	
<b>Итого за день</b>		3 286	84	107	417	2938	

Рацион: ОВД 9

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	40	32	14	518	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
	Итого за завтрак	670	54	53	71	981	
завтрак 2	Абрикос385г. (Лето)	385	3		39	169	306,01
	Итого за завтрак 2	385	3		39	169	
обед	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	Борщ холодный мясной сметаной (Лето)	500/25/15	9	8	14	162	300
	шницель рыбный натуральный 75 гр.(Д)	75	12	6	3	109	334
	каша пшенная рассыпчатая со сливочным маслом 150г.	150/5	7	4	42	233	154,02
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28	106
Итого за обед	1 120	35	19	117	756		
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	343
	Итого за полдник	235	9	14	21	223	
ужин	Салат Весна (Лето)	100	2	9	4	103	100
	Сердце тушеное в соусе ( Д )	50/75	13	10	6	164	262,01
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр.	200/5	5	3	44	223	348
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
	Итого за ужин	690	22	22	79	597	
Ужин 2	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	6		23	120	97,03
	Итого за Ужин 2	215	6		23	120	
На день	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Итого за На день	6				2	
Итого за день	3 321	129	108	350	2848		

Рацион: ОВД 9

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 (жидкая)	200/5/5	8	6	33	216	255,01
	Масло сливочное	10		6		57	22
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	какао на фруктозе с молоком	200	5	4	8	86	92
	Итого за завтрак	610	22	17	117	693	
завтрак 2	Персики 385 (Лето)	385					308,01
	Итого за завтрак 2	385					
обед	Огурцы свежие	50			2	7	136
	суп вермишелевый с курой	500/25	11	6	34	231	66,02
	Кура отварная 90гр.	90	19	8	1	151	344
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	5	8	13	143	266
	Сок без сахара	231	1		27	109	182,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Итого за обед	1 196	41	23	127	855	
полдник	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	Итого за полдник	240	3	3	25	138	
ужин	Помидор свежий 100	100	1		4	21	272
	Поджарка( свинина)	50/15	10	27	3	293	148
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254	333
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	Итого за ужин	620	19	31	81	675	
Ужин 2	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	10	136	170,03
	Итого за Ужин 2	202	6	8	10	136	
На день	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Итого за На день	6				2	
Итого за день		3 259	91	82	360	2499	

Рацион: ОВД 9

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	200/5/5	8	8	33	239	249
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
Итого за завтрак		630	23	32	90	728	
завтрак 2	Черешня 385г. (Лето)	385	4		47	223	295,01
	Итого за завтрак 2	385	4		47	223	
обед	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д) (Лето)	500/30	23	9	44	347	34,01
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140	321,01
	Капуста тушеная свежая (д)	250	5	9	17	172	95,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой( Д)	200	1		6	25	270,02
	Итого за обед	1 180	49	27	121	908	
полдник	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	343
	Итого за полдник	235	9	2	16	97	
ужин	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	4	298	16
	Салат из соленых огурцов с луком (Лето)	100	3	5	1	64	35
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254	333
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Итого за ужин	685	21	36	79	723	
Ужин 2	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
	Итого за Ужин 2	215	6	5	23	160	
На день	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль иодинированная 4 гр.	4					183,01
	Итого за На день	6				2	
Итого за день		3 336	112	102	376	2841	

Рацион: ОВД 9

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	40	32	14	518	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	4	4	8	82	114,01
Итого за завтрак		620	54	52	72	975	
завтрак 2	Вишня 385г. (Лето)	385	3		44	189	296,01
	Итого за завтрак 2	385	3		44	189	
обед	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Солянка сборная мясная сметаной (Д)	500/35/20	8	19	12	256	72,02
	Баклажаны, фаршированные овощами	275	3	14	21	218	309
	Биточки рыбные (филе) (Д) 50гр.	50	7	5	6	90	338
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28	106
	Итого за обед	1 230	24	39	97	813	
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Чай б/с(1)	200					324,05
	Итого за полдник	235	2	14	17	201	
ужин	Салат из свежих овощей (Д)	100/5	1	5	4	65	341
	Мясо тушеное (Д)	50/75	23	34	4	416	132,01
	Каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	6	65	357	240,01
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Итого за ужин	690	38	45	98	945	
Ужин 2	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	6		23	120	97,03
	Итого за Ужин 2	215	6		23	120	
На день	Соль иодинированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Итого за На день	6				2	
Итого за день		3 381	127	150	351	3245	

Рацион: ОВД 9

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	200/5/5	6	6	27	189	19
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
Итого за завтрак		620	15	17	84	542	
завтрак 2	Слива 385 (Лето)	385	3		38	165	181,01
Итого за завтрак 2		385	3		38	165	
обед	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	щи из свежей капусты с курой( Д)	500/25/10	10	11	15	200	347,02
	рыба жаренная (Д)	65	14	4	2	101	332
	Капуста жареная	250	6	7	18	159	286
	Компот из кураги с фруктозой	200	1		6	25	271
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 200	37	23	93	709	
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Творожная запеканка с фруктозой	150	25	19	8	303	200,01
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	10	136	170,03
Итого за полдник		387	33	41	35	640	
ужин	Салат из свеклы с сыром и чесноком( Д)	70	3	8	6	106	340
	Печень по-строгановски( Д)	50/50	16	11	6	184	142,01
	Макароны отварные с маслом (Лето)	170/5	6	4	45	239	175
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой 1	200					324,07
Итого за ужин		595	27	23	82	636	
На день	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 193	115	104	332	2694	



Рацион: ОВД 9

Неделя: 1

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр (Д)	25	5	5		66	339
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/5	8	8	33	239	249
	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	545	23	24	91	662	
завтрак 2							
	Сырок глазированный 100г.	100	4	25	36	381	315,01
	Арбузы 385 (Лето)	385	2		22	96	307,01
Итого за завтрак 2		485	6	25	58	477	
обед	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом ( Д)	500/25/20	9	16	18	259	161,01
	Рыба ( филе) тушенная в томате с овощами. (Лето)	200	65	12	9	402	165
	Каша перловая рассыпчатая 200гр. (Лето)	200	6	4	49	254	333
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок без сахара	231	1		27	109	182,01
	Итого за обед	1 276	86	33	153	1238	
полдник							
	Булочка	100	7	2	51	252	229
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
Итого за полдник		340	9	4	63	327	
ужин							
	Томаты свежие (Лето)	50	1		2	10	150
	Биточки мясные(Д) (Лето)	50	8	6	6	111	336
	Морковь тушенная с рисом 250г. (Лето)	250	5	8	42	258	10,02
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
Итого за ужин		605	16	14	75	486	
Ужин 2							
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
Итого за Ужин 2		215	6	5	23	160	
На день							
	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 472	146	105	463	3352	



Рацион: ОВД 9

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 пшенная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219	259
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
Итого за завтрак		620	17	18	89	572	
завтрак 2	яблоки 385	385	1		44	179	217,01
	Итого за завтрак 2	385	1		44	179	
обед	Борщ московский с сметаной ( Д)	500/30/10	8	17	22	269	15,01
	Рыба отварная с соусом польским( Д) (Лето)	50/50	13	6	2	113	346
	морковное пюре	200	2	6	17	130	128
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой( Д)	200	1		6	25	270,02
Итого за обед		1 140	29	30	97	751	
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
Итого за полдник		250	8	19	40	361	
ужин	Салат из соленых огурцов с луком (Лето)	100	3	5	1	64	35
	Мясо тушеное ( Д ) (Лето)	50/75	23	34	4	416	132,01
	Макароны отварные 150 (Лето)	150/5	6	4	39	211	123,02
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
Итого за ужин		640	34	43	69	798	
На день	Соль иодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 041	89	110	339	2663	

Рацион: ОВД 9

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр (Д)	25	5	5		66	339
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	14	518	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	4	4	8	82	114,01
Итого за завтрак		605	54	48	72	937	
завтрак 2	Дыня 385 (Лето)	385	3	1	28	131	310,01
	Итого за завтрак 2	385	3	1	28	131	
обед	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Суп рыбный с перловкой ( Д)	500/30	10	6	18	168	34,01
	Бефстроганов (Д)	50/50	14	20	6	265	225,01
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр. (Лето)	200/5	5	3	44	223	348
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	отвар шиповника с фруктозой 250 гр.	250	10		6	33	349
Итого за обед		1 235	44	30	126	910	
полдник	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Итого за полдник	35	2	2	12	75	
ужин	Салат витаминный (2) (Лето)	75	1	5	7	78	70
	Сердце тушеное в соусе ( Д )	50/75	13	10	6	164	262,01
	пшено рассыпчатое со сливочным маслом 150 г.	150/5	7	4	42	233	154,03
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай б/с с брусничной протертой(1)	200			11	45	324,04
	Итого за ужин	605	23	19	91	627	
Ужин 2	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	6		23	120	97,03
	Итого за Ужин 2	215	6		23	120	
На день	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 086	132	100	352	2802	

Рацион: ОВД 9

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
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219	259
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
Итого за завтрак		610	22	28	89	682	
завтрак 2							
	Вишня 385г. (Лето)	385	3		44	189	296,01
Итого за завтрак 2		385	3		44	189	
обед							
	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Суп из овощей сметаной, курой (Д)	500/25/10	9	11	7	161	186,04
	Кура отварная	75	16	7	1	126	116,01
	Капуста тушеная свежая (д) (Лето)	250	5	9	17	172	95,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок без сахара	231	1		27	109	182,01
Итого за обед		1 241	36	28	104	789	
полдник							
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	10	136	170,03
Итого за полдник		237	9	11	35	274	
ужин							
	Салат из помидоров, сладкого перца (Д) (Лето)	75/5	1	5	3	61	342
	Котлеты ( Д) (Лето)	50	8	11	8	159	226,01
	Каша перловая рассыпчатая 200гр. (Лето)	200	6	4	49	254	333
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
Итого за ужин		590	17	20	85	581	
На день							
	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 069	87	87	357	2517	

Рацион: ОВД 9

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Сыр (Д)	25	5	5		66	339
	Каша гречневая на натуральном молоке с фруктозой	200/5/5	9	7	39	252	252
	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		545	24	23	97	675	
завтрак 2							
	Черешня 385г. (Лето)	385	4		47	223	295,01
Итого за завтрак 2		385	4		47	223	
обед							
	Суп картофельный с горохом(свинина) ( Д )	500/25	13	18	28	321	190,01
	рыба жаренная (Д)	65	14	4	2	101	332
	Овощи в молочном соусе 1 (Д) (Лето)	175/50	5	1	23	121	133,04
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой (Д) 250 гр.	250	1		9	38	
Итого за обед		1 165	38	24	112	795	
полдник							
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75	145
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
Итого за полдник		240	2	2	12	75	
ужин							
	Томаты свежие (Лето)	50	1		2	10	150
	Поджарка	50/15	13	13	2	183	198
	Макароны отварные 200 (Лето)	200/5	7	4	53	281	123,03
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
Итого за ужин		575	23	17	82	581	
Ужин 2							
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
Итого за Ужин 2		215	6	5	23	160	
На день							
	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 131	97	71	373	2511	

Рацион: ОВД 9

Неделя: 2

День: пятница

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) (л) (Лето)	250/20	40	32	14	518	200
	Масло сливочное	10		6		57	22
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
	Итого за завтрак	680	49	43	71	871	
завтрак 2	Персики 385 (Лето)	385					308,01
	Итого за завтрак 2	385					
обед	Суп картофельный с грибами ( Д)	500/10	2	7	11	116	192,01
	шницель рыбный натуральный 75 гр.(Д)	75	12	6	3	109	334
	Рагу овощное1 (Д) (Лето)	200	4	10	23	199	158,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	отвар шиповника с фруктозой 250 гр.	250	10		6	33	349
	Итого за обед	1 135	33	24	93	671	
полдник	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	6		23	120	97,03
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Итого за полдник	250	8	14	40	321	
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным(Л) (Лето)	150	3	9	16	153	87,01
	Мясо тушеное (Лето)	50/75	24	37	4	443	132
	Каша гречневая рассыпчатая 200г. (Лето)	200/5	12	6	65	357	240,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
	Итого за ужин	740	41	52	110	1060	
На день	Соль йодинированная 4 гр.	4					183,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Итого за На день	6				2	
Итого за день		3 196	131	133	314	2925	

Рацион: ОВД 9

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104	104
	Масло сливочное	10		6		57	22
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/5	9	6	40	250	256
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	кофе сурогат на молоке с фруктозой (Д)	200	4	4	8	82	114,01
Итого за завтрак		560	23	26	98	707	
завтрак 2							
	Абрикос 385г. (Лето)	385	3		39	169	306,01
Итого за завтрак 2		385	3		39	169	
обед							
	Ши из свежей капусты с курой (Д) (Лето)	500/25/10	3	8	16	154	347,01
	Кура отварная 90гр. (Лето)	90	19	8	1	151	344
	каша пшеничная рассыпчатая со сливочным маслом 200 (Лето)	200/5	12	7	69	388	154,04
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28	106
Итого за обед		1 130	40	24	142	935	
полдник							
	Булочка	100	7	2	51	252	229
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138	29
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
Итого за полдник		340	10	5	76	390	
ужин							
	Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
	Котлеты (Д) (Лето)	50	8	11	8	159	226,01
	Картофель отварной (Д) (Лето)	150/5	3	5	30	177	267,04
	Батон нарезной из муки в/с 45	45	3		24	105	42,02
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой 1г.	200/5					319,01
Итого за ужин		555	16	16	89	555	
Ужин 2							
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	10	136	170,03
Итого за Ужин 2		202	6	8	10	136	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 178	98	79	454	2894	

Рацион: ОВД 9

Неделя: 2

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/5	8	8	33	239	249
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	4	4	7	79	323
	Масло сливочное	10		6		57	22
Итого за завтрак		580	17	19	90	589	
завтрак 2	Яйцо вареное (Лето)	40				3	2 222
	яблоки 385	385	1		44	179	217,01
Итого за завтрак 2		425	1		44	182	
обед	Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
	Борщ сибирский со сметаной ( Д)	500/10	8	6	35	227	345
	Биточки рыбные (филе) (Д) 50гр.	50	7	5	6	90	338
	Рагу овощное2 ( д) (Лето)	200	3	10	16	168	159,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок без сахара	231	1		27	109	182,01
Итого за обед		1 141	24	22	136	815	
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201	231
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161	61
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	6	5	23	160	36,02
Итого за полдник		278	10	30	54	522	
ужин	Салат из соленых огурцов с луком (Лето)	100	3	5	1	64	35
	шницель натуральный рубленый (Д)	50	7	19	2	206	335
	Каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	6	65	357	240,01
	Чай с фруктозой(1)	200/10					319
	хлеб 50	50	2		25	107	46
		615	24	30	93	734	
Итого за ужин		615	24	30	93	734	
На день	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль иодированная 4 гр.	4					183,01
Итого за На день		6				2	
Итого за день		3 045	76	101	417	2844	



Итого за период	44 994	1514	1439	5255	39573	
Среднее значение за период		108,1	102,8	875,4	2826,6	

Составил СШ М/с диетическая  
степанове СШ

Утвердил И.Г. Костив



В данном журнале пронумеровано и  
прошнуровано 16

шестнадцать листов

Директор СПб ГБУ СО  
Психоневрологический интернат №6

И.Т. Костив  
(И.Т. Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

Н.М. Мох  
(Н.М. Мох)