

«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»

(ОВД-15)  
Сезон: Зима  
(Сентябрь-Май)

2024 год

# **Меню приготавливаемых блюд**

Рацион: ОВД 15 О

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Ветчина	50	6	5		63	232
	Каша пшенная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	7	44	274	258
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116	111
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за завтрак		570	26	22	116	743	
завтрак 2	Груша	100	1		11	45	241
	Отвар шиповника	150	5		14	61	325
Итого за завтрак 2		250	6		25	106	
обед	Салат яичный (Зима)	75	1	10	2	103	81
	Борщ московский с мясом со сметаной (Зима)	500/45/10	16	18	37	375	15
	Плов из свинины	200/50	16	34	43	540	147
	Кисель из кураги (жидкий)	180			21	85	101,02
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
Итого за обед		1 210	42	63	179	1434	
полдник	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102	91
	Пирожок с сердцем	100	17	4	37	257	7
Итого за полдник		300	27	7	44	359	
ужин	Икра кабачковая 50 г.	50	1	5	4	61	93,01
	Рыба жареная	100	21	8	3	170	166
	Рагу овощное 2 (Зима)	200	4	6	23	163	159
	Чай с сахаром	200/15			15	60	205
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за ужин		765	39	21	147	901	
На день	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		3 119	140	113	511	3545	

Рацион: ОВД 15 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 сгущенным молоком	150/25	27	18	37	424	201
	Масло сливочное	10		6		57	22
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за завтрак		530	42	37	107	924	
завтрак 2	Апельсины (Зима)	100	1		8	38	222
	Итого за завтрак 2	100	1		8	38	
обед	Суп картофельный с горохом(свинина) (Зима)	500/25	17	17	46	402	190,02
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	16	11	10	201	210,01
	Пюре картофельное	200/5	4	4	35	194	157
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82	325,02
	Итого за обед	1 180	53	33	186	1210	
полдник	Кефир	200	6		8	60	97
	Ватрушка с творогом	100	12	6	46	285	8
Итого за полдник		300	18	6	54	345	
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком 75г. (Зима)	75	1	13	4	140	290,01
	Поджарка( свинина)	50/15	10	27	2	290	148
	Макароны отварные с маслом (250) (Зима)	250/10	9	7	66	362	175,02
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит."С"	200			15	60	324,01
	Лимон (Зима)	7				2	121
	Итого за ужин	807	33	49	189	1301	
На день	Соль йодированная	10					339
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		2 941	147	125	544	3820	

Рацион: ОВД 15 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 сахаром	200/5/5	9	6	45	270	255
	Масло сливочное	10		6		57	22
	Какао на молоке с сахаром	200	3	3	20	120	94
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за завтрак		560	20	16	117	683	
завтрак 2	Яблоки (Зима)	100			15	60	217
	Итого за завтрак 2	100			15	60	
обед	Огурцы свежие (Зима)	50			2	7	136
	Суп с макаронными изделиями (Зима)	500	3	5	24	157	60,01
	Кура жареная 100 гр.	100	26	16	1	250	117,02
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	8	13	16	217	266
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги (сладкий)	200	1		34	135	101
	Итого за обед	1 200	47	35	153	1097	
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Булочка	100	7	2	51	251	229
	Итого за полдник	300	13	10	59	379	
ужин	Салат рыбный	150	8	23	11	282	77
	Голубцы с рисом и мясом, ленивые (Зима)	250	18	14	16	262	238
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит. "С" 2	200			15	60	324,02
	Итого за ужин	800	39	39	144	1051	
На день	Соль (для обработки) 8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Итого за На день	24				2	
Итого за день		2 984	119	100	488	3272	

ацион: ОВД 15 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 манная на натуральном молоке	200/5/5	6	6	32	207	254
		Масло сливочное	10		6		57	22
		батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
		Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
Итого за завтрак			585	22	28	102	733	
Завтрак 2								
		Киви 100 (Зима)	100	1	3	5	48	98,02
Итого за завтрак 2			100	1	3	5	48	
Обед								
		Рассольник ленинградский со сметаной с мясом (Зима)	500/25/10	11	12	40	312	161
		Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301	16
		Каша рисовая рассыпчатая 250г. (Зима)	250/10	6	6	53	288	162,04
		Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
		хлеб 100	100	5	1	50	214	47
		Сок фруктовый	210	1		25	99	182
Итого за обед			1 280	37	46	199	1331	
Полдник								
		Бифидум	200	6	5	8	100	36
		Ватрушка с повидлом	100	5	2	65	300	275
Итого за полдник			300	11	7	73	400	
Ужин								
		Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком 75г. (Зима)	75	1	13	4	140	290,01
		Биточки рыбные 100 (Зима)	100	10	7	8	135	13,06
		Картофель отварной (Зима)	250/5	5	5	49	264	267
		Чай с сахаром(1)	200/15			15	60	318
		хлеб 100	100	5	1	50	214	47
		батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за ужин			845	29	27	178	1046	
На день								
		Соль(для обработки)8г.	8					341,02
		Соль йодированная	10					339
		перец горошком	1					53
		Лавровый лист	1					119
		Зелень свежая петрушка	2				1	88
		Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день			24				2	
Итого за день			3 134	100	111	557	3560	

Рацион: ОВД 15 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 сгущеным молоком	150/25	27	18	37	424	201
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116	111
Итого за завтрак		525	43	37	109	934	
завтрак 2							
	Мандарин (Зима)	100	1		9	37	125
Итого за завтрак 2		100	1		9	37	
обед							
	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) мясом (Зима)	500/25/10	10	16	36	328	227.03
	жаркое по домашнему свинина	300	14	30	42	489	245
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135	101
Итого за обед		1 185	34	47	188	1283	
полдник							
	Кефир	200	6		8	60	97
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	231	269
Итого за полдник		300	12	2	55	291	
ужин							
	Салат из свежих огурцов с луком зеленым (Зима)	100	1		4	21	31,04
	Печень жаренная	50	14	9	2	149	321
	Капуста тушеная свежая (Зима)	250	5	9	17	171	95.02
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром	200/15			15	60	205
Итого за ужин		815	33	20	140	848	
На день							
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		2 949	123	106	501	3395	



Рацион: ОВД 15 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 сладкая	200/5/5	8	6	42	254	18
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
Итого за завтрак		575	18	15	112	644	
завтрак 2							
	Виноград (Зима)	100	1		18	73	235
Итого за завтрак 2		100	1		18	73	
обед							
	Огурцы свежие (Зима)	50			2	7	136
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Зима)	500/35	13	8	39	280	34
	Пудинг из говядины (Зима)	100	15	15	5	219	11
	перец фаршированный овощами и рисом (Зима)	200/10					337
	Батон нарезной из муки в/с 32	32	2		17	75	42,04
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108	24
Итого за обед		1 227	36	24	139	903	
полдник							
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Печенье	35	3	4	27	142	143
Итого за полдник		235	9	12	35	270	
ужин							
	Томаты очищенные в т.с (Зима)	50			1	5	149,02
	Рыба отварная с соусом польским (Зима)	75/50					239,04
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264	267
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай б/с с брусничкой протертой 1гр	200/25			11	45	324,07
Итого за ужин		855	18	7	163	761	
На день							
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	0,5					53
	Лавровый лист	0,5					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		3 016	82	58	467	2653	

Рацион: ОВД 15 О

Неделя: 1

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Сыр	30	6	6		79	23
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212	250
	Какао на молоке с сахаром	200	3	3	20	120	94
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
Итого за завтрак		550	24	23	102	701	
завтрак 2							
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191	315
	Груша (Зима)	100	1		11	45	241
Итого за завтрак 2		150	3	13	29	236	
обед							
	Щи из свежей капусты сметаной	500/10	4	5	23	154	214,06
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	6	157	262
	Морковь тушеная с рисом 200 (Зима)	200	3	3	31	161	10,03
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок фруктовый	210	1		25	99	182
Итого за обед		1 195	30	18	161	902	
п							
чик							
	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 майонезом и чесноком (Зима)	75	1	5	8	80	32
	Сельдь (Зима)	75	13	6		108	180
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335	288
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит."С" 2	200			15	60	324,02
Итого за ужин		825	42	26	164	1030	
На день							
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		3 019	110	86	501	3150	



Рацион: ОВД 15 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 рисовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	6	6	36	218	261
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
	Итого за завтрак	575	16	15	106	608	
завтрак 2	Яблоки	100			15	60	217
	Итого за завтрак 2	100			15	60	
обед	Икра баклажанная (консервы) 50 г. (Зима)	50	1	5	4	61	31,02
	Борщ сибирский со сметаной с мясом	500/25/10	16	13	50	374	228,03
	Гуляш(говядина) (Зима)	125	15	11	5	182	242
	Макароны отварные с маслом (250)	250/10	9	7	66	362	175,02
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135	101
Итого за обед	1 320	51	37	235	1445		
полдник	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102	91
	Оладьи (Зима)	150/20	12	13	74	452	138
	Итого за полдник	370	22	16	81	554	
ужин	салат из сладкого перца 75г. (Зима)	75					33
	Шницель рыбный натуральный (Зима)	75	12	9	8	158	210
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264	267
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60	318
	Лимон (Зима)	7				2	121
	Итого за ужин	827	30	16	174	931	
На день	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Итого за На день	24				2	
Итого за день	3 216	119	84	611	3600		

рацион: ОВД 15 О

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Сыр	30	6	6		79	23
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	18	37	424	201
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116	111
	Итого за завтрак	515	44	34	109	909	
завтрак 2	Бананы (Зима)	100	1		22	94	224
	Итого за завтрак 2	100	1		22	94	
обед	Суп картофельный с грибами(свининой)	500/25	10	16	43	361	192
	Мясо тушеное (Зима)	50/75	11	28	4	309	132
	Каша гречневая рассыпчатая 250гр. (Зима)	250/10	15	9	80	465	335,01
	Батон нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82	325,02
	Итого за обед	1 260	52	54	222	1548	
полдник	Кефир	200	6		8	60	97
	Ватрушка с творогом	100	12	6	46	285	8
	Итого за полдник	300	18	6	54	345	
ужин	Салат из квашеной капусты (Зима)	75	1	5	2	59	59
	Запеканка картофельная с сердцем (Зима)	243/10	19	13	55	410	89
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай б/с сбрусничкой протертой	200/25			11	45	324,03
	Итого за ужин	753	33	20	170	961	
На день	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день	24				2		
Итого за день	2 952	148	114	577	3859		

Рацион: ОВД 15 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
	Каша пшеничная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	7	44	274	258
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
Итого за завтрак		565	24	26	114	774	
завтрак 2	Мандарин (Зима)	100	1		9	37	125
	Итого за завтрак 2	100	1		9	37	
обед	Суп из овощей со сметаной (Зима)	500/10	4	5	20	142	344,01
	Кура жареная 100 гр.	100	26	16	1	250	117,02
	Рагу овощное2 (Зима)	200	4	6	23	163	159
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок фруктовый	210	1		25	99	182
	Итого за обед	1 170	44	28	145	985	
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	231	269
	Итого за полдник	300	12	10	55	359	
ужин	Салат из сырых овощей (Зима)	75	1	10	3	108	63
	Бефстроганов	50/50	16	16	6	234	225
	Макароны отварные с маслом (250) (Зима)	250/10	9	7	66	362	175,02
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит."С"	200			15	60	324,01
	Итого за ужин	835	39	35	192	1211	
На день	Соль йодированная	10					339
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		2 994	120	99	515	3368	

Рацион: ОВД 15 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 манная на натуральном молоке	200/5/5	6	6	32	207	254
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Какао на молоке с сахаром	200	3	3	20	120	94
Итого за завтрак		560	22	25	104	721	
завтрак 2							
	Виноград (Зима)	100	1		18	73	235
Итого за завтрак 2		100	1		18	73	
обед							
	щи из квашеной капусты (Зима)	500/25/10	9	11	13	193	303
	Поджарка (говядина) (Зима)	50/15	13	13	2	182	198
	Макароны отварные 180 г. (Зима)	180	6	1	47	218	123,01
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108	24
Итого за обед		1 130	38	26	164	1032	
полдник							
	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197	3
Итого за полдник		300	12	7	46	297	
ужин							
	салат из свежих овощей 70/5 (Зима)	70/5					331,01
	Рыба припущенная в молоке с луком (Зима)	100	17	7	3	148	169
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264	267
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром	200/15			15	60	205
Итого за ужин		845	35	14	169	919	
На день							
	Соль йодированная	10					339
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		2 959	108	72	501	3044	

Рацион: ОВД 15 О

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Сыр	30	6	6		79	23
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	18	37	424	201
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60	318
	Лимон (Зима)	7				2	121
Итого за завтрак		537	41	31	104	855	
завтрак 2							
	Киви 100 (Зима)	100	1	3	5	48	98,02
Итого за завтрак 2		100	1	3	5	48	
обед							
	Солянка сборная мясная сметаной	500/45/10	11	23	23	337	72
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	16	11	10	201	210,01
	Картофель отварной (Зима)	250/5	5	5	49	264	267
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135	101
Итого за обед		1 260	42	40	192	1268	
полдник							
	Кефир	200	6		8	60	97
	Ватрушка с повидлом 75 гр	75	4	2	56	257	275,01
Итого за полдник		275	10	2	64	317	
ужин							
	салат из свежих овощей 70/5 (Зима)	70/5					331,01
	Пудинг из говядины (Зима)	100	15	15	5	219	11
	Баклажаны, фаршированные овощами (Зима)	250	3	12	20	204	309
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60	318
Итого за ужин		840	31	29	142	930	
На день							
	Соль йодированная	10					339
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		3 036	125	105	507	3420	

Рацион: ОВД 15 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 сахаром	200/5/5	9	6	45	270	255
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116	111
Итого за завтрак		550	25	26	117	789	
завтрак 2							
	Груша (Зима)	100	1		11	45	241
Итого за завтрак 2		100	1		11	45	
обед							
	салат из свежих помидор с зеленым луком (Зима)	100	1	3	4	46	27
	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной) (Зима)	500/10	4	5	19	138	212,02
	кура жареная 90 ГР.	90	26	18	1	267	117
	Рагу овощное1 (Зима)	250	6	4	35	205	158
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82	325,02
Итого за обед		1 300	53	31	155	1069	
полдник							
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Конфеты	35	2	5	57	268	109
Итого за полдник		235	8	13	65	396	
ужин							
	Салат из моркови 75 г.	75	1	5	9	87	84,02
	Печень по-строгановски	50/50	16	5	6	130	142
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр. (Зима)	200/5	11	5	57	319	335
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит "С" 2	200			15	60	324,02
Итого за ужин		780	41	17	189	1043	
На день							
	Соль(для обработки)8г	8					341,02
	Соль йодированная	10					339
	перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день		24				2	
Итого за день		2 989	128	87	537	3344	



Рацион: ОВД 15 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
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212	250
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
Итого за завтрак		575	17	16	100	602	
завтрак 2							
	Апельсины (Зима)	100	1		8	38	222
Итого за завтрак 2		100	1		8	38	
обед							
	Сок фруктовый	210	1		25	99	182
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Зима)	500/35	13	8	39	280	34
	Шницель натуральный рубленный	100	15	38	8	434	208
	перец фаршированный овощами и рисом (Зима)	200/10					337
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 205	38	47	148	1144	
полдник							
	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Пирожок с морковкой (Зима)	100	6	2	43	213	6
Итого за полдник		300	12	7	51	313	
ужин							
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	70	5	11	6	140	86
	Рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. (Зима)	75	1	5	3	55	169,01
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264	267
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит. "С"	200			15	60	324,01
Итого за ужин		800	24	23	175	966	
На день							
	Зелень свежая петрушка	2				1	88
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	перец горошком	1					53
	Соль йодированная	10					339
	Соль(для обработки)8г.	8					341,02
Итого за На день		24				2	
Итого за день		3 004	92	93	482	3065	

Итого за период	42 312	1661	1353	7299	47098
Среднее значение за период		118.6	96.6	521.4	3363.9

Составил Стенанов М/с диетическая  
*С.И.*

Утвердил

*И.Г.Костин*



В данном журнале пронумеровано и  
прошнуровано 16

листок

Директор СПб ГБУ СО  
Психоневрологический интернат №6

(И.Т.Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

(Н.М.Мох)