

«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-15)
Сезон: Лето
(Июнь-Август)**

2024 год

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ОВД 15

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 сахаром	200/5/5	8	7	37	239	258
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4	200	3	3	21	119	111,01
	Итого за завтрак	570	24	41	110	883	
завтрак 2							
	Груша 100 гр.	100	1		11	45	241,02
Итого за завтрак 2		100	1		11	45	
обед	Томаты очищенные в т.с. (Лето)	50			1	5	149,02
	Щи из свежей капусты с мясом сметаной (Лето)	500/25/10	9	19	21	289	214,02
	Рыба жареная	100	21	6	4	155	166
	Пюре картофельное (Лето)	250/8	5	4	43	231	157
	Батон нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги (жидкий)	200			18	73	101,02
	Итого за обед	1 293	44	30	163	1084	
полдник							
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197	3
	Чай с сахаром 1г	200/10			7	28	318
Итого за полдник		310	6	2	45	225	
ужин	салат из помидоров,сладкого перца (Лето)	75/5	1	4	3	57	174,03
	Плов из свинины	200/50	16	30	47	519	25
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром 1г	200/10			7	28	318
	Итого за ужин	740	30	36	159	1051	
	Ужин 2						
	Йогурт питьевой	200	10	3	17	140	91
Итого за Ужин 2		200	10	3	17	140	
На день	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Итого за На день	18				2	
Итого за день		3 231	115	112	505	3430	

Рацион: ОВД 15

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
	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		530	42	37	107	924	
завтрак 2							
	Абрикос (Лето)	100	1		10	44	306
Итого за завтрак 2		100	1		10	44	
обед							
	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	Борщ холодный мясной сметаной (Лето)	535	9	8	14	160	300
	Шницель рыбный натуральный 100 г. (Лето)	100	16	8	10	174	210,01
	Рагу овощное2	200	4	9	22	185	159
	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		1 235	40	26	150	968	
полдник							
	Ватрушка с творогом	100	12	6	39	260	8
	Отвар шиповника (Л) (Лето)	200/10	7		24	102	325,03
Итого за полдник		310	19	6	63	362	
ужин							
	Салат Весна (Лето)	100	2	9	4	103	100
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	5	152	262
	Каша рисовая рассыпчатая 250г.(Л)	250/8	6	4	54	274	348,01
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром 1г	200/10			7	28	318
Итого за ужин		893	34	24	172	1004	
Ужин 2							
	Кефир	200	6		8	60	97
Итого за Ужин 2		200	6		8	60	
На день							
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 286	142	93	510	3364	

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	8	6	38	236	255
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Какао на молоке с сахаром 4	200	4	3	21	127	94,01
Итого за завтрак		560	20	16	111	656	
завтрак 2	Персики (Лето)	100					308
Итого за завтрак 2		100					
обед	Огурцы свежие	50			2	7	136
	суп с макаронными изделиями (Л) (Лето)	500	6	3	48	241	66,04
	Кура жареная	100	29	18	1	284	117
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	5	8	13	143	266
	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		1 210	50	30	165	1105	
полдник	Пирожок с сердцем	100	17	4	37	257	7
	Чай с сахаром 1г	200/10			7	28	318
Итого за полдник		310	17	4	44	285	
ужин	Салат рыбный	100	5	16	7	190	77
	Поджарка(свинина)	50/15	10	27	3	293	148
	Макароны отварные 200	200/5	7	4	53	281	123,03
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит. "С" 1г	200/7			7	28	324,09
Итого за ужин		777	35	49	172	1239	
Ужин 2	Ряженка	200	6	8	8	128	170
Итого за Ужин 2		200	6	8	8	128	
На день	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 175	128	107	500	3415	

Рацион: ОВД 15

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							
	Черешня (Лето)	100	1		12	58	295
Итого за завтрак 2		100	1		12	58	
обед							
	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	24	9	44	351	34
	Печень жаренная	50	14	8	2	140	321
	- Капуста тушеная свежая с грудинкой	200	5	12	23	218	220
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	Кисель из кураги (сладкий)	200	1		34	135	101
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 185	54	30	181	1185	
полдник							
	ватрушка с повидлом (Лето)	100	5	2	182	409	275
	Отвар шиповника	200	7		24	102	325
Итого за полдник		300	12	2	206	511	
ужин							
	Салат яичный 70г. (Лето)	70	1	10	1	97	81,01
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	4	298	16
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263	267
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром(1)	200			15	60	318
Итого за ужин		800	29	44	171	1165	
Ужин 2							
	Бифидум	200	6	5	8	100	36
Итого за Ужин 2		200	6	5	8	100	
На день							
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 188	124	109	680	3754	

Рацион: ОВД 15

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 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 сахаромс молоком 4	200	3	3	21	119	111,01
Итого за завтрак		525	43	37	110	937	
завтрак 2	Вишня (Лето)	100	1		11	49	296
	Итого за завтрак 2	100	1		11	49	
обед	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Солянка сборная мясная сметаной	500/25/10	12	25	21	361	72
	Биточки рыбные (Лето)	100	13	9	11	175	13
	Баклажаны, фаршированные овощами 220	220	3	13	16	189	309,02
	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		1 255	38	48	152	1171	
полдник	Булочка (Лето)	100	7	2	51	252	229
	Чай с сахаром(1)	200			15	60	318
	Итого за полдник	300	7	2	66	312	
ужин	салат из свежих овощей	100/5	1	6	4	75	330
	Мясо тушеное (Лето)	50/75	24	37	4	443	132
	Картофель жареный (Лето)	250	4	20	39	355	96
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай б/с с брусникой протертой(1)	200			11	45	324,04
Итого за ужин		880	42	65	160	1365	
Ужин 2	Кефир	200	6		8	60	97
	Итого за Ужин 2	200	6		8	60	
На день	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 278	137	152	507	3896	

Рацион: ОВД 15

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
	Масло сливочное	10		6		57	22
	Каша ассорти(пшено ,рис)на молоке сладкая (Лето)	200/5/5	7	6	36	226	18
	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	15	106	616	
завтрак 2	Слива (Лето)	100	1		10	43	181
	Итого за завтрак 2	100	1		10	43	
обед	Томаты свежие	50	1		2	10	150
	Щи из свежей капусты	500//10	4	7	19	156	277,02
	Рыба жареная 75 (Лето)	75	16	4	2	110	166,02
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263	267
	Батон нарезнойиз муки в/с32	32	2		17	75	42,04
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги (жидкий)	200			18	73	101,02
	Итого за обед	1 172	33	17	157	901	
полдник	Печенье	35	3	4	27	142	143
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
	Итого за полдник	235	9	12	35	270	
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком 75	75	1	5	8	77	32,02
	Печень по-строгановски	50/50	15	12	3	179	142
	Макароны отварные 200 (Лето)	200/5	7	4	53	281	123,03
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром(1)	200			15	60	318
	Итого за ужин	780	36	23	181	1044	
На день	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Итого за На день	18				2	
Итого за день	2 880	96	67	489	2876		

Рацион: ОВД 15

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
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Какао на молоке с сахаром 4	200	4	3	21	127	94,01
Итого за завтрак		550	25	23	103	708	
завтрак 2	Сырок глазированный	50	2	13	18	191	315
	Арбузы (Лето)	100	1		6	25	307
	Итого за завтрак 2	150	3	13	24	216	
обед	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом	500/25/10	12	11	40	312	161
	--Рыба тушеная в томате с овощами (Лето)	200	22	11	9	220	221
	Картофель отварной (Лето)	200/5	5	5	49	263	267
	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	1 300	49	28	199	1225	
полдник	Булочка 80г.	80	6	2	41	204	229,01
	Чай с сахаром 1г	200/7			7	28	318
	Итого за полдник	287	6	2	48	232	
ужин	Томаты свежие (Лето)	50	1		2	10	150
	Биточки мясные (Лето)	100	14	12	12	210	219
	Морковь тушеная с рисом (Лето)	220	4	7	37	227	10
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с вит."С" 1г	200/7			7	28	324,09
	Итого за ужин	777	32	21	160	922	
Ужин 2	Бифидум	200	6	5	8	100	36
	Итого за Ужин 2	200	6	5	8	100	
На день	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Соль иодированная	10					
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Итого за На день	18				2	
Итого за день		3 282	121	92	542	3405	

Рацион: ОВД 15

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	34	208	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	104	598	
завтрак 2							
	Яблоки 100	100			11	46	217,02
Итого за завтрак 2		100			11	46	
обед							
	Борщ московский с мясом сметаной	500/45/10	12	16	29	314	15
	Рыба отварная с соусом польским (Лето)	75/50	17	7	2	138	239
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263	267
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135	101
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 235	44	29	190	1181	
полдник							
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	234	269
	Йогурт питьевой	200	10	3	17	140	91
Итого за полдник		300	16	5	64	374	
ужин							
	Мясо тушеное (Лето)	50/75	24	37	4	443	132
	Салат картофельный 150 (Лето)	150	5	10	36	260	76,03
	Макароны отварные 150 (Лето)	150/5	6	4	39	211	123,02
	Чай с сахаром(1)	200			15	60	318
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за ужин		830	48	53	196	1421	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Перец горошком	1					53
	Лавровый лист	1					119
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 058	124	102	565	3622	

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 сахаромс молоком 4	200	3	3	21	119	111,01
Итого за завтрак		515	44	34	110	912	
завтрак 2							
	Дыня (Лето)	100	1		7	34	310
Итого за завтрак 2		100	1		7	34	
обед							
	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	24	9	44	351	34
	Бефстроганов	50/50	16	16	5	230	225
	Каша гречневая рассыпчатая 250г. (Лето)	250/8	15	7	80	444	240,04
	Отвар шиповника (Лето)	200	7		24	102	325
	Батон нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за обед		1 293	71	33	231	1465	
полдник							
	Ватрушка с творогом	100	12	6	39	260	8
	Чай б/с(1) (Лето)	200					324,05
Итого за полдник		300	12	6	39	260	
ужин							
	Салат витаминный (2) (Лето)	75	1	5	7	78	70
	Запеканка картофельная с сердцем сметаной	243/10	18	15	51	412	89
	Чай б/с с брусникой протертой(1)	200			11	45	324,04
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
Итого за ужин		728	32	22	171	982	
Ужин 2							
	Кефир	200	6		8	60	97
Итого за Ужин 2		200	6		8	60	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 154	166	95	566	3715	

Рацион: ОВД 15

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 сахаром	200/5/5	8	7	37	239	258
	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		565	23	26	107	739	
завтрак 2							
	Вишня (Лето)	100	1		11	49	296
Итого за завтрак 2		100	1		11	49	
обед							
	Огурцы свежие	50			2	7	136
	Суп из овощей сметаной	500/10	4	7	27	186	186,03
	Кура жареная 90гр.	90	27	17	1	261	117,06
	Капуста тушеная свежая (Лето)	250	5	6	21	161	95
	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		1 260	46	31	152	1045	
полдник							
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197	3
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
Итого за полдник		300	12	10	46	325	
ужин							
	салат из помидоров, сладкого перца	75/5	1	4	3	57	174,03
	Пудинг 100г. (Лето)	100	16	39	1	420	11,03
	Пюре картофельное (Лето)	250/8	5	4	43	231	157
	Чай с вит."С"	200			15	60	324,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233	42,05
Итого за ужин		838	35	49	164	1215	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Соль иодированная	10					
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 081	117	116	480	3375	

Рацион: ОВД 15

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Сыр	30	6	6		79	23
	Каша гречневая на натуральном молоке с сахаром	210	9	7	44	272	253
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Какао на молоке с сахаром 4	200	4	3	21	127	94,01
	Черешня (Лето)	100	1		12	58	295
Итого за завтрак		650	28	23	129	826	
завтрак 2							
Итого за завтрак 2							
обед							
	Суп картофельный с горохом(свинина) Л (Лето)	500/25	17	17	46	402	190
	Рыба жареная	100	21	6	4	155	166
	Картофель отварной (Лето)	200/5	5	5	49	263	267
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Кисель из кураги (жидкий)	200			18	73	101,02
Итого за обед		1 180	52	29	193	1224	
полдник							
	Чай с сахаром 1г	200/7			7	28	318
	Булочка (Лето)	100	7	2	51	252	229
Итого за полдник		307	7	2	58	280	
ужин							
	Томаты свежие (Лето)	50	1		2	10	150
	Поджарка	50/15	13	13	2	183	198
	Макароны отварные 200	200/5	7	4	53	281	123,03
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром 1г	200/10			7	28	318
Итого за ужин		730	34	19	166	949	
Ужин 2							
	Бифидум	200	6	5	8	100	36
Итого за Ужин 2		200	6	5	8	100	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль йодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 085	127	78	554	3381	

Рацион: ОВД 15

Неделя: 2

День: пятница

		Понедельник 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 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
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97	320
	Итого за завтрак	530	43	33	107	890	
завтрак 2							
	Персики (Лето)	100					308
Итого за завтрак 2		100					
обед	Суп картофельный с грибами(свининой) Л (Лето)	500/25	10	15	39	335	192,02
	Шницель рыбный натуральный 100 г. (Лето)	100	16	8	10	174	210,01
	Рагу овощное1	200	4	10	23	199	158
	Батон нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117	42
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Отвар шиповника	200	7		24	102	325
	ого за обед	1 175	46	34	172	1141	
полдник	ватрушка с повидлом	100	5	2	182	409	275
	Кефир	200	6		8	60	97
	Итого за полдник	300	11	2	190	469	
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком 75	75	1	5	8	77	32,02
	жаркое по домашнему свинина Л (Лето)	300	14	30	42	492	245
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чай с сахаром 1г (Лето)	200/10			7	28	318
	Итого за ужин	785	28	37	159	1044	
На день	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
	ого за На день	18				2	
Итого за день		2 908	128	106	628	3546	

Рацион: ОВД 15

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
	Каша пшеничная на натуральном молоке с сахаром (Лето)	200/5/5	8	6	38	236	255
	Масло сливочное	10		6		57	22
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233	43
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4	200	3	3	21	119	111,01
Итого за завтрак		560	24	25	111	749	
завтрак 2							
	Абрикос (Лето)	100	1		10	44	306
Итого за завтрак 2		100	1		10	44	
обед							
	Щи из свежей капусты (Л) (Лето)	500//10	4	7	19	156	277,02
	Кура жареная 90гр.	90	27	17	1	261	117,06
	Макароны отварные 200 (Лето)	200/5	7	4	53	281	123,03
	Батон нарезнойиз 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		1 155	48	29	175	1137	
полдник							
	Чай с сахаром 1г (Лето)	200/10			7	28	318
	Булочка (Лето)	100	7	2	51	252	229
Итого за полдник		310	7	2	58	280	
ужин							
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
	Рулет с луком и яйцом	142	16	14	18	253	51
	Картофель отварной (Лето)	200/5	5	5	49	263	267
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
	Чай с сахаром 1г (Лето)	200/10			7	28	318
Итого за ужин		807	34	21	178	998	
Ужин 2							
	Ряженка	200	6	8	8	128	170
Итого за Ужин 2		200	6	8	8	128	
На день							
	Зелень свежая петрушка	1				1	88
	Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
	Соль иодированная	10					
	Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
	Лавровый лист	1					119
	Перец горошком	1					53
Итого за На день		18				2	
Итого за день		3 150	120	85	540	3338	

Рацион: ОВД 15

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		Яблоки 100	100			11	46	217,02
Итого за завтрак 2			100			11	46	
обед		Огурцы свежие (Лето)	50			2	7	136
		Борщ сибирский с мясом со сметаной (Л) (Лето)	500/25/10	15	12	34	295	228,03
		Биточки рыбные(филе) 1	100	14	9	15	199	13,01
		Рагу овощное2	200	4	9	22	185	159
		Батон нарезнойиз 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			1 245	43	31	174	1116	
полдник		конфеты шоколадные	35	2	5	57	268	109,01
		Бифидум	200	6	5	8	100	36
Итого за полдник			235	8	10	65	368	
ужин		Салат картофельный 150 (Лето)	150	5	10	36	260	76,03
		Шницель натуральный рубленый	100	14	38	5	411	208
		Каша гречневая рассыпчатая 250г.	250/8	15	7	80	444	240,04
		Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233	42,05
		хлеб 100	100	5	1	50	214	47
		Чай с вит."С"	200			15	60	324,01
Итого за ужин			908	47	57	238	1622	
На день		Зелень свежая петрушка	1				1	88
		Зелень свеж. укроп	1				1	88,01
		Соль (для обработки) 4г.	4					183,02
		Соль йодированная	10					
		Лавровый лист	1					119
		Перец горошком	1					53
Итого за На день			18				2	
Итого за день			3 081	115	114	588	3756	

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)