

«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-9)
Сезон: Зима
(Сентябрь-Май)**

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	Салат яичный (Зима)	75	1	10	2	103	81
	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		1 135	25	50	108	967	
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
	Рагу овощное2 (Д) (О) (Зима)	250	4	7	18	151	159,03
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		684	24	21	54	498	
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		3 195	84	96	324	2443	

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	Апельсины385 (Зима)	385	4		32	145	222,01
Итого за завтрак 2		385	4		32	145	
обед	Суп картофельный с горохом(Д)	500	10	6	32	216	190
	Шницель рыбный (из филе) натуральный (Д) (Зима)	75	12	9	4	146	209,01
	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		1 125	38	21	107	731	
дник	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 зеленым луком (Зима)	100	2	18	5	187	290
	Поджарка(свинина) (Д)	50/15	10	32	2	335	148,01
	Макароны отварные с маслом (200) (Зима)	200/5	7	4	53	274	175,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
	Лимон (Зима)	7				2	121
Итого за ужин		636	21	54	85	905	
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	116	120	335	2844	

Рацион: ОВД 9 О

Неделя: 1

День: среда

(лист 3)

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	Яблоки 385 гр. (Зима)	385	1		44	179	217,01
Итого за завтрак 2		385	1		44	179	
обед	Огурцы свежие (Зима)	50			2	7	136
	Суп с макаронными куры (Д) (Зима)	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
	Печенье диабетическое (Зима)	35	2	2	12	75	145
Итого за полдник		335	15	12	71	454	
ужин	Томат свежий 100	100	1		4	21	272
	Голубцы с рисом и мясом, ленивые, (Д)250г. О (Зима)	250	19	15	16	278	238,05
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		609	22	15	45	406	
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		3 070	100	71	346	2414	

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							
	Киви385 (Зима)	385	2	8	14	136	98,01
Итого за завтрак 2		385	2	8	14	136	
обед							
	Рассольник ленинградский со сметаной (Д)	500/20	3	12	17	190	161,01
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301	16
	каша рисовая рассыпчатая 250Д (Зима)	250/5					162,06
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Чеснок	7			1	7	207
о за обед	Сок томатный	231			12	65	129
		1 238	18	40	85	777	
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							
	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком (Зима)	100	2	18	5	187	290
	Биточки рыбные (филе) 1 (Зима)	100	15	9	16	205	13
	Каша пшенная рассыпчатая со сливочным маслом (Зима)	200/5	10	5	55	309	154,01
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		664	29	32	101	808	
На день							
	Соль 4 гр.	4					338
	Зелень свежая укроп	2				1	88,01
Итого за На день	Зелень свежая петрушка	2				1	88
		8				2	
Итого за день		3 108	79	118	334	2707	

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							
	Мандарин385 (Зима)	385	3		33	143	125,01
Итого за завтрак 2		385	3		33	143	
обед							
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (Д)	500/10	4	5	21	143	227,01
	Каша пшенная 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 маслом растительным (Зима)	100					332
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140	321,01
	Капуста тушеная свежая без сахара (Зима)	250	5	9	17	171	95
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой	200/9					206
Итого за ужин		659	21	17	44	418	
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		3 047	108	106	295	2557	

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	Яблоки 385 гр. (Зима)	385	1		44	179	217,01
	Итого за завтрак 2	385	1		44	179	
обед	Огурцы свежие (Зима)	50			2	7	136
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д) (Зима)	500/35	10	5	20	169	34,02
	Пудинг из говядины 50гр. (Зима)	50	7	8	3	111	11,01
	перец фаршированный овощами и рисом (Д) (Зима)	200/10					337,03
	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	1 152	23	14	82	536	
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	Томаты очищенные в т.с (Зима)	50			1	5	149,02
	Рыба отварная с соусом польским 60г. (Зима)	60/50					239,05
	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	669	10	6	86	439	
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		3 017	56	46	340	1982	

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							
	Груша 385 (Зима)	385	2		41	172	241.01
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191	315
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325.01
Итого за завтрак 2		635	11	13	63	385	
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 майонезом и чесноком100 (Зима)	100	2	10	10	136	32.01
	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		559	15	19	64	486	
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		3 261	85	91	376	2634	

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	Икра баклажанная (консервы) (Зима)	100	2	9	9	122	31
	Борщ сибирский со сметаной (Д)	500/10	8	8	30	223	228,02
	Гуляш(говядина) (Д) (Зима)	50/75	15	14	5	212	242,01
	Макароны отварные с маслом (200) (Зима)	200/5	7	4	53	274	175,01
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Компот из кураги с фруктозой	200					271
Итого за обед		1 240	37	36	147	1045	
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 перца сладкого 100 г. (Зима)	100	1	3	5	51	173
	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	21	23	76	593	
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		3 159	82	95	393	2730	

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							
	Груша 385 (Зима)	385	2		41	172	241,01
Итого за завтрак 2		385	2		41	172	
обед	суп картофельный с крупой(рисовый с мелко нашинкованными овощами) (Зима)	500/10	3	5	26	165	302
	Мясо тушеное (Зима)	50/75	11	28	4	309	132
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр. (Зима)	200/5	11	5	57	319	335
	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		1 147	37	39	142	1036	
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 квашеной капусты (Зима)	75	1	5	2	59	59
	Сердце тушеное в соусе Д) (Зима)	50/75	13	14	4	196	262,01
	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		664	26	24	86	671	
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		3 044	119	104	357	2817	

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
		Мандарин385 (Зима)	385	3		33	143	125.01
Итого за завтрак 2			585	10		37	165	
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								
		Салат из сырых овощей 100гр. (Зима)	100	2	13	4	144	63.01
		Бефстроганов (Д)	50/50	17	17	6	243	225.01
		Каша гречневая рассыпчатая 200гр. (Зима)	200/5	11	5	57	319	335
		Батон нарезнойиз 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	36	35	118	930	
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	141	124	359	3098	

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	Яблоки 385 гр. (Зима)	385	1		44	179	217,01
	Итого за завтрак 2	385	1		44	179	
обед	Щи по-уральски (с крупой) (Д) (Зима)	500/10	3	7	13	131	65,01
	Поджарка (говядина) (Зима)	50/15	13	13	2	182	198
	Макароны отварные 180 г. (Зима)	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	1 060	29	22	119	779	
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 из свежих овощей (Зима)	100/5					331
	рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. (филе) (Зима)	75	13	5	3	107	169,02
	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	589	20	9	65	413	
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		2 835	82	65	345	2263	

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							
	Киви385 (Зима)	385	2	8	14	136	98,01
Итого за завтрак 2		385	2	8	14	136	
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							
	салат из свежих овощей (Зима)	100/5					331
	Пудинг из говядины 50гр. (Зима)	50	7	8	3	111	11,01
	Баклажаны, фаршированные овощами (Д) (Зима)	250	3	12	20	204	309,03
	хлеб 50	50	2		25	107	46
	Чай с фруктозой(1)	200/9					319
Итого за ужин		664	12	20	48	422	
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		3 062	98	101	302	2497	

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							
	Груша 385 (Зима)	385	2		41	172	241,01
Итого за завтрак 2		385	2		41	172	
обед							
	салат из свежих помидор с зеленым луком (Зима)	100	1	3	4	46	27
	Щи из свежей капусты сметаной (Д)	500/10	4	5	23	154	214,08
	Кура отварная 90г. (Зима)	90	20	8	1	160	116,02
	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		1 257	41	23	104	761	
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 (Зима)	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		3 040	101	90	349	2580	

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	Апельсины385 (Зима)	385	4		32	145	222.01
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22	325.01
Итого за завтрак 2		585	11		36	167	
обед	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д) (Зима)	500/35	10	5	20	169	34,02
	Шницель натуральный рубленный 70	70	10	27	6	304	208,04
	перец фаршированный овощами и рисом (Д) (Зима)	200/10					337,03
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47
	Сок томатный	231			12	65	129
Итого за обед		1 146	25	33	88	752	
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 маслом растительным 150 (Зима)	100	2	3	10	76	87
	Рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. (Зима)	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	14	119	661	
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		3 394	103	86	372	2648	

Итого за период	43 619	1354	1313	4827	36214	
Среднее значение за период		96,7	93,8	844,8	2586,7	

Составил Степанов М/с диетическая



Утвердил

И.Г. Косилов

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)