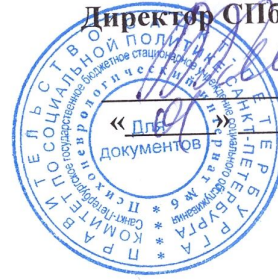


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СПб ГБУ СО ПНИ-6



И.Г. Костив
2023г

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: Зима
(Сентябрь-Май)

2023 год

Примерное меню

Рацион: ОВД 15

Зима

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 1										
На день										
	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Ветчина	50	5	24		235		232	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	каша пшеничная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	7	44	274		258	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4	200	3	3	20	116		111,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак			25	41	116	915				
завтрак 2										
	Груша 100 гр.	100	1		21	90		241,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2			1		21	90				
обед										
	Щи из квашеной капусты с мясом	500/25/10	8	19	18	275		216,02		
	Рыба жареная	100	16	6	4	134		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пюре картофельное	200/4	4	3	35	188		157	472	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кисель из кураги (жидкий)	200	1		34	135		101,02	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			38	29	167	1063				
полдник										
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197		3	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			6	2	53	257				
ужин										
	салат из помидоров, сладкого перца	75/5	1	4	3	57		174,03	55	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Плов из свинины	200/50	16	30	44	506		25	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин			30	36	164	1070				
2ужин										
	Йогурт питьевой	200	10	3	17	140		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин			10	3	17	140				
Итого за день			110	111	538	3535				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 2										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	19	37	427		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Мандарин 100	100	1		17	74		125,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Борщ свежей капустой и картофелем с мясом (со сметаной)	500/25/10	10	9	28	236		14,05	110	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель рыбный натуральный	75	13	6	8	131		210	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное2	200	4	8	22	179		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108		24	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Ватрушка с творогом	100	12	6	39	260		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника	200	7		4	22		325	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	5	154		262	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 250г.	250/6	6	4	53	271		348,01		
	Чеснок	7			1	7		207	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
2ужин	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			138	83	515	3284				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 3										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	6	45	270		255	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Какао на молоке с сахаром 4	200	3	3	20	120		94,01	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Бананы 100	100	1		22	94		224	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	суп с макаронными изделиями	500	6	2	48	230		66,04	148	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура жареная	100	21	14	1	216		117	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	5	7	13	138		266	247/553	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Пирожок с сердцем	100	17	4	36	244		7	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат рыбный	100	5	16	7	190		77	47	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	27	3	293		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/6	7	3	53	268		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с вит. "С" 1г	200/7			15	60		324,09	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
2ужин	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 4										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Сосиски отварные	50	6	13		139		184	Табл. №11	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша манная на натуральном молоке	200/5/5	6	6	32	207		254	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Киви (100)	100	1	4	7	68		99	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	24	7	44	333		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печень жаренная	50	14	9	2	149		321	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	- Капуста тушеная свежая с грудинкой	200	5	7	23	174		220	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135		101	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника	200	7		4	22		325	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат яичный	100	1	14	2	137		81	63	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	302		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
2ужин	Био-кефир	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 5										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса вареная порц.	40						104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	19	37	427		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4	200	3	3	20	116		111,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Апельсины 100	100	2		17	75		222,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Солянка сборная мясная сметаной	500/25/10	12	25	21	361		72	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г
	Биточки рыбные(филе) 1	100	14	9	15	199		13,01	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Баклажаны.фаршированные овощами 220	220	3	11	16	171		309,02		
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108		24	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Батон нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	ватрушка с повидлом	100	5	1	18	395		275	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за полдник										
ужин	салат из свежих овощей	100/5						330		
	запеканка картофельная с мясом сметаной	243/10	19	21	51	472		1	430	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай б/с с brusникой протертой(1)	200						324,04	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
2ужин	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за 2ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 6										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль йодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша рисовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	5	6	30	189		261	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Яблоки 100	100	1		23	93		217,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Щи из свежей капусты	500//10	8	11	21	218		277,02	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рыба жареная	100	16	6	4	134		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кисель из кураги (жидкий)	200	1		34	135		101,02	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с32	32	2		17	75		42,04		
Итого за обед										
полдник	Печенье	35	3	4	27	142		143		
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком 75	75	1	5	8	77		32,02	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печень по-строгановски	50/50	16	12	4	186		142	387/553	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 150	150/5	6	4	39	211		123,02	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 7										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	перец горошком	1						119		
	Лавровый лист	1						88		
	Зелень свежая	2								
Итого за На день										
завтрак	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212		250	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Какао на молоке с сахаром 4	200	3	3	20	120		94,01	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Сырок глазированный	50	2	14	20	212		315		
	Киви (100)	100	1	4	7	68		99	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом	500/25/10	12	11	40	312		161	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Биточки мясные	100	14	12	12	210		219	424	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Морковь тушеная с рисом	220	4	7	34	214		10	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Булочка 80г.	80	6	2	41	204		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Икра кабачковая 50 г.	50	1	5	4	61		93,01	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335		288		
	Чай с вит."С" 1г	200/7			15	60		324,09	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
2ужин	Био-кефир	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 8										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша рисовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	5	6	30	189		261	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Яблоки 100	100	1		23	93		217,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Борщ московский с мясом сметаной	500/45/10	12	16	29	314		15	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Горбуша отварная с соусом польским	75/50	20	13	2	204		239,01	300/559	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кисель из кураги(сладкий)	200	1		34	135		101	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Булочка с изюмом	100	6	1	46	221		269	824	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Йогурт питьевой	200	10	3	17	140		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат из свежей капусты	75	1	2	8	54		22	62	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Пудинг из говядины	100г.	20	19	1	253		11		
	Каша гречневая рассыпчатая	250г.	13	7	69	394		240,04	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 9										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Зелень свежая	2						88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за На день										
завтрак	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	19	37	427		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4	200	3	3	20	116		111,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
завтрак 2	Мандарин 100	100	1		17	74		125,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	24	7	44	333		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Бефстроганов	50/50	16	16	6	234		225	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/6	7	3	53	268		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника 200/10	200/10	7		24	102		325,02	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Ватрушка с творогом	100	12	6	39	260		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат витаминный (2)	75	1	1	7	43		70	27	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Запеканка картофельная с сердцем сметаной	243/10	18	15	51	412		89	430	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай б/с с брусничкой протертой(1)	200						324,04	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
2ужин	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 10										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Зелень свежая	2						88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	каша пшеничная на натуральном молоке 200/5/5 с сахаром		9	7	44	274		258	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак			24	26	114	774				
завтрак 2	Груша 100 гр.	100	1		21	90		241,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2			1		21	90				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп из овощей сметаной	500/10	4	7	27	186		186,03	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура жареная 90гр.	90	19	13	1	195		117,06	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пюре картофельное	200/4	4	3	35	188		157	472	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			37	24	166	1006				
полдник	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197		3	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			12	10	46	325				
ужин	салат из помидоров, сладкого перца	75/5	1	4	3	57		174,03	55	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Голубцы с рисом и мясом, ленивые	300	24	23	26	406		238,01	438	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с вит. "С"	200			10	40		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин			38	29	141	950				
Итого за день			112	89	488	3145				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 11										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Зелень свежая	2						88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за На день										
завтрак	Сыр	30	6	6		79		23	23	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша гречневая на натуральном молоке с сахаром	210	9	7	44	272		253	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Какао на молоке с сахаром 4	200	3	3	20	120		94,01	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
			26	23	116	761				
завтрак 2	Виноград 100	100	1		18	73		235,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
			1		18	73				
обед	Суп картофельный с горохом(свинина) 500/25	17	17	46	402			190	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рыба жареная	100	16	6	4	134		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель жареный	200	4	20	39	355		96		
	Кисель из кураги (жидкий)	200	1		34	135		101,02	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
			47	44	199	1357				
полдник	Оладьи	150/20	12	13	74	452		138	681	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
			12	13	89	512				
ужин	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка	50/15	10	11	2	151		198	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные 200	200/6	7	3	53	268		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
			30	16	174	933				
2ужин	Био-кефир	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин										
			6	5	8	100				
Итого за день										
			122	101	604	3736				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 12										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Зелень свежая	2						88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за На день										
завтрак	Сыр	30	6	6		79		23	23	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка сгущенным молоком	150/25	27	19	37	427		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
			43	34	107	893				
завтрак 2	Апельсины 100	100	2		17	75		222,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
			2		17	75				
обед	Суп картофельный с грибами(свининой)	500/25	10	14	39	325		192	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель рыбный натуральный	75	13	6	8	131		210	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное1	200	4	9	23	190		158		
	Отвар шиповника	200	7		4	22		325	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
			43	30	150	999				
полдник	ватрушка с повидлом	100	5	1	181	395		275	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
			11	1	189	455				
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком 75	75	1	5	8	77		32,02	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сельдь	75	9	4		72		180	табл№25	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	жаркое по домашнему свинина	300	14	30	42	492		245	394	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
			37	41	167	1148				
Итого за день										
			136	106	630	3570				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 13										
На день	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса вареная порц.	40						104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша манная на натуральном молоке	200/5/5	6	6	32	207		254	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком	200	3	3	20	116		111,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	4 Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак										
			17	16	104	613				
завтрак 2	Груша 100 гр.	100	1		21	90		241,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
			1		21	90				
обед	Щи из свежей капусты	500//10	8	11	21	218		277,02	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура жареная 90гр.	90	19	13	1	195		117,06	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Капуста тушеная свежая	250	5	6	19	152		95	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108		24	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезнойиз муки в/с	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
			42	31	143	1004				
полдник	Булочка 80г.	80	6	2	41	204		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
того за полдник										
			6	2	56	264				
ужин	Салат из помидор с репчатым луком 100г.	100	1	2	5	40		317,02	39	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Руллет с луком и яйцом	142	16	14	18	253		51	420	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/6	7	3	53	268		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г	200/7			15	60		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезнойиз муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин										
			37	21	193	1068				
2ужин	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
			6	8	8	128				
Итого за день										
			109	78	525	3167				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 14										
На день										
	соль (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212		250	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак			17	16	100	602				
завтрак 2										
	Яблоки 100	100	1		23	93		217,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2			1		23	93				
обед										
	Борщ сибирский с мясом со сметаной	500/25/10	15	10	34	277		228,02	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Биточки рыбные(филе) 1	100	14	9	15	199		13,01	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное2	200	4	8	22	179		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			43	28	172	1085				
полдник										
	конфеты шоколадные	35	2	5	57	268		109,01		
	Био-кефир	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			8	10	65	368				
ужин										
	Салат картофельный 150г.	150	2	2	16	95		76,03	51	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель натуральный рубленый	100	11	28	5	315		208	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 250г.	250/7	13	7	69	394		240,04	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с вит. "С"	200			10	40		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с100г.	100	8	1	52	233		42,05		
Итого за ужин			39	39	202	1291				
Итого за день			108	93	562	3439				

го за период	1696	1313	7739	47826
днее значение за период	121	94	553	3416
ержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14	11	65	

Составил Сит М/с диетическая Утвердил Мельничков И.В.



В данном журнале пронумеровано и прошнуровано 16

лист листов

Директор СПб ГБУ СО Психоневрологический интернат №6

И.Г. Костив
(И.Г. Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

Н.М. Мох

(Н.М. Мох)



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СПб ГБУ СО ПНИ-6

И.Г. Костив

2023г



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: Зима
(Сентябрь-Май)

2023 год

Примерное меню

Рацион: ОВД 9

Зима

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 1										
На день	Соль иодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
	Итого за На день									
завтрак	Ветчина	50	5	24		235		232	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой (жидкая)	200/5/5	9	7	44	274		258,02	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	3	3	6	56		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак		22	41	100	836				
завтрак 2	Груша 385	385	1		21	90		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2		1		21	90				
обед	Щи из квашеной капусты (Д)	500/10	10	11	20	224		216,03		
	рыба жаренная (Д)	65	14	5	3	105		332		
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	Компот из кураги с фруктозой (Д) 250 гр.	250	1		9	38				
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за обед		36	21	131	835				
полдник	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
Итого за полдник		9	4	63	327					
ужин	Салат из помидоров, сладкого перца (Д)	75/5	1	5	3	61		342		
	Плов из свинины	200/50	16	30	44	506		25	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин		19	35	72	674					
2ужин	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за 2ужин		7	6	24	185				
Итого за день			94	107	411	2947				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 2										
На день										
	Соль йодированная 4 гр.	4					183,01			
	Зелень свежая	2					88			
Итого за На день										
завтрак										
	Колбаса в/к	30	5	10		113	73	29		сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	13	502	200	297		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		630		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57	22	22		сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47			Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Мандарин(385)	385	1		17	74		125,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Борщ свежей капусты (со сметаной)(Д)	500/20	3	10	21	186		14,04	110	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	шницель рыбный натуральный 75 гр.(Д)	75	12	6	4	112		334		
	каша пшениная рассыпчатая со сливочным маслом 150г.	150/5	7	4	42	234		154,02	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28		106	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214	47			Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за обед										
полдник										
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		343		
Итого за полдник										
ужин										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе (Д)	50/75	13	9	6	157		262,01	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр.	200/5	5	3	44	223		348		
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107	46			Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин										
2ужин										
	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			118	97	329	2622				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 3										
На день										
	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой (жидкая)	200/5/5	8	6	38	236		255,01	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	какао на фруктозе с молоком	200	3	3	5	60		92	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак			20	16	119	687				
завтрак 2										
	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2			1		23	93				
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	суп вермишелевый с курой Д	500/25	12	4	48	283		66,05	148	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	5	7	13	138		266	247/553	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура отварная 90гр.	90	19	8	1	151		344		
	Сок без сахара	231	1		27	109		182,01		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед			42	20	141	902				
полдник										
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			3	3	25	138				
ужин										
	Помидор свежий 100	100	1		4	21		272	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	27	3	293		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин			19	31	81	675				
2ужин										
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин			6	8	8	128				
Итого за день			91	78	397	2623				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 4										
На день										
	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Сосиски отварные	50	6	13		139		184	Табл. №11	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/5	8	8	33	239		249	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Киви 385	385	2	8	14	136		98,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп рыбный с перловкой (Д)	500/30	10	6	18	168		34,01	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140		321,01	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара (д)	250	5	9	17	172		95,01	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из кураги с фруктозой(Д)	200	1		6	25		270,02		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед										
полдник										
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		343		
Итого за полдник										
ужин										
	Салат яичный	100	1	14	2	137		81	63	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	302		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
2ужин										
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			93	114	315	2622				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 5										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса вареная порц.	40						104	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	13	502		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	3	3	6	56		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2	Апельсины(385)	385	2		17	75		222,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Солянка сборная мясная сметаной (Д)	500/35/20	8	19	12	256		72,02	204	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Биточки рыбные (филе) (Д) 50гр.	50	7	5	6	90		338		
	Баклажаны, фаршированные овощами	275	4	14	22	225		309		
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28		106	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед										
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Чай б/с(1)	200						324,05	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат из свежих овощей (Д)	100/5	1	3	4	51		341		
	Мясо тушеное (Д)	50/75	23	34	4	420		132,01	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	каша гречневая рассыпчатая 200гр.	200/5	12	2	65	329		240,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
2ужин	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			123	134	323	2967				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 6										
На день	Соль иодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
	Итого за На день									
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша ассорти(пшено,рис)на молоке с фруктозой	200/5/5	6	6	27	189		19	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак		12	14	79	489				
завтрак 2	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2		1		23	93				
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	щи из свежей капусты с курой(Д)	500/25/10	7	12	15	200		347,02		
	рыба жаренная (Д)	65	14	5	3	105		332		
	Капуста жареная	250	6	6	18	153		286	483	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200	1		6	25		271		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед		34	24	94	707					
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Творожная запеканка с фруктозой	150	25	18	8	293		200,01	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за полдник		33	40	33	622				
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	387	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/5	7	3	52	267		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1	200						324,07	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за ужин		28	22	89	664				
Итого за день		108	100	318	2575					

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 7										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Сыр (Д)	25	5	5		66		339		
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/5	8	8	33	239		249	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	какао на фруктозе с молоком	200	3	3	5	60		92	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Киви 385	385	2	8	14	136		98,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сырок глазированный 100г.	100	4	25	36	381		315,01		
Итого за завтрак 2										
обед										
	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом (Д)	500/25/20	9	16	18	259		161,01	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Биточки мясные(Д)	50	8	6	5	108		336		
	Морковь тушеная с рисом	220	4	7	34	214		10	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок без сахара	231	1		27	109		182,01		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед										
полдник										
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Икра кабачковая 50 г.	50	1	5	4	61		93,01	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335		288		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
2ужин										
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			89	114	429	3082				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 8										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222		
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219		259	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Борщ московский с сметаной (Д)	500/30/10	12	19	22	307		15,01	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Горбуша отварная с соусом польским 75/50		20	13	2	204		239,01	300/559	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	морковное пюре	200	2		17	79		128	548	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Компот из кураги с фруктозой(Д)	200	1		6	25		270,02		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед										
полдник										
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат из свежей капусты (Д)	75	1	5	8	81		20,01	62	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Котлеты (Д)	50	8	8	8	132		226,01	416	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Капуста жареная	250	6	6	18	153		286	483	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 9										
На день										
	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Сыр (Д)	25	5	5		66		339		
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	13	502		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	3	3	6	56		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Мандарин(385)	385	1		17	74		125,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп рыбный с перловкой (Д)	500/30	10	6	18	168		34,01	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов (Д)	50/50	14	15	6	220		225,01	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	2	65	329		240,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	отвар шиповника с фруктозой 250 гр.	250	10		6	33		349		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за обед										
полдник										
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Чай б/с(1)	200						324,05	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат витаминный (2)	75	1	1	7	43		70	27	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе (Д)	50/75	13	9	6	157		262,01	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	пшено рассыпчатое со сливочным маслом 150 г.	150/5	7	4	42	234		154,03	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с с брусничкой протертой(1)	200						324,04	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин										
2ужин										
	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			138	87	349	2691				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 10										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г д
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219		259	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г д
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Груша 385	385	1		21	90		241,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
Итого за завтрак 2										
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	Суп из овощей сметаной, курой (Д)	500/25/10	9	11	7	161				
	Кура отварная 90гр.	90	19	8	1	151		344		
	каша перловая рассыпчатая	150	5	4	37	199		141	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	Сок без сахара	231	1		27	109		182,01		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
Итого за обед										
полдник										
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
Итого за полдник										
ужин										
	Салат из помидоров, сладкого перца (Д) 75/5		1	5	3	61		342		
	Мясо отварное	50	10	6		96		130	357	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр.	200/5	5	3	44	223		348		
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г д
Итого за ужин										
Итого за день										
			86	74	33	4	2313			

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 11										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
	Итого за На день									
завтрак	Сыр (Д)	25	5	5		66		339		
	Каша гречневая на натуральном молоке с фруктозой	200/5/5	9	7	39	252		252	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	какао на фруктозе с молоком	200	3	3	5	60		92	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак		22	22	94	649				
завтрак 2	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2		1		23	93				
обед	Суп картофельный с горохом(свинина) (Д)	500/25	13	18	28	321		190,01	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	рыба жаренная (Д)	65	14	5	3	105		332		
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	Компот из кураги с фруктозой (Д) 250 гр.	250	1		9	38				
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед		39	28	139	932					
полдник	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за полдник		2	2	12	75				
ужин	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл. 24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Поджарка	50/15	10	11	2	151		198	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 150	150/5	6	4	39	211		123,02	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за ужин		18	15	68	476				
2ужин	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за 2ужин		7	6	24	185				
Итого за день			89	73	360	2410				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 12										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	13	502		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
Итого за завтрак			46	40	65	802				
завтрак 2	Апельсины(385)	385	2		17	75		222,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Итого за завтрак 2			2		17	75			
обед	Суп картофельный с грибами (Д)	500/10	2	7	11	116		192,01	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	шницель рыбный натуральный 75 гр.(Д)	75	12	6	4	112		334		
	Рагу овощное1	200	4	9	23	190		158		
	отвар шиповника с фруктозой 250 гр.	250	10		6	33		349		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
Итого за обед			33	23	94	665				
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Итого за полдник			10	14	41	336			
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным	100	2	3	10	76		87		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	жаркое по домашнему свинина	300	14	30	42	492		245	394	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996г
Итого за ужин			18	33	77	675				
Итого за день			109	110	294	2553				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 13										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса вареная порц.	40						104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/5	9	6	40	250		256	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	3	3	6	56		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак										
завтрак 2	Груша 385	385	1		21	90		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2									
обед	щи из свежей капусты с курой(Д)	500/25/10	7	12	15	200		347,02		
	Кура отварная	75	16	7	1	126		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара (Д)	250	5	9	17	172		95,01	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28		106	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за обед										
полдник	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Котлеты (Д)	50	8	8	8	132		226,01	416	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Салат из помидор с репчатым луком 100г.	100	1	2	5	40		317,02	39	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Макароны отварные с маслом	170/5	6	4	45	239		175	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 45	45	3		24	105		42,02		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						319,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин										
2ужин	Ряженка 200 гр.	200/2	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за 2ужин									
Итого за день										

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 14										
На день	Соль иодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
	Итого за На день									
завтрак	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/5	8	8	33	239		249	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Чай с молоком с фруктозой	150/100/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997го д
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Итого за завтрак		14	16	85	536				
завтрак 2	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Итого за завтрак 2		1		23	93				
обед	Борщ сибирский со сметаной (Д)	500/10	8	5	35	217		345		
	Биточки рыбные (филе) (Д) 50гр.	50	7	5	6	90		338		
	Рагу овощное2	200	4	8	22	179		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Сок без сахара	231	1		27	109		182,01		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
Итого за обед		25	19	140	809					
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161		61		
	Бифидум с сахаром 200гр.	200/15	7	6	24	185		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
Итого за полдник		11	31	55	547					
ужин	Салат из соленых огурцов с луком	100	1	5	3	63		35	37	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997го д
	шницель натуральный рубленый (Д) 50		7	19	2	206		335		
	каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	2	65	329		240,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996го д
Итого за ужин		22	26	95	705					
Итого за день			73	92	398	2690				

период	1380	1339	4958	36943
значение за период	99	96	354	2639
белки, жиры, углеводы в меню за период в % от калорийности	15	14	54	

Составил Сит

М/с диетическая Утвердил



Илья Костяев 11.2.

6
в
8г

0

В данном журнале пронумеровано и
прошнуровано 16
(шестьнадцать) листов.

Директор СПб ГБУ СО
Психоневрологический интернат №6

Для
документов

Для
документов
(И.Г.Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

Н.М.Мох

(Н.М.Мох)