



**«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»**

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

**2023 год**

## Примерное меню Зима (Сентябрь-Май)

Рацион: ОВД 15

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 1</b>										
На день										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
завтрак										
	Ветчина	50	6	5		63		232	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшенная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	7	44	274		258	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116		111	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		
<b>Итого за завтрак</b>			26	22	116	743				
завтрак 2										
	Груша	100	1		11	45		241	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника	150	5		14	61		325	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			6		25	106				
обед										
	Салат яичный	75	1	7	1	69		81	63	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Борщ московский с мясом со сметаной	500/45/10	9	14	29	276		15,02	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Плов из свинины	200/50	16	32	43	522		147	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кисель из кураги (жидкий)	180	1		37	151		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		
<b>Итого за обед</b>			36	54	186	1349				
полдник										
	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с сердцем	100	17	3	37	247		7	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			27	6	44	349				
ужин										
	Икра кабачковая 50 г.	50	1	5	4	61		93,01	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба жареная 100	100	21	6	3	152		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром	200/15			15	60		205	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			40	17	173	975				
<b>Итого за день</b>			135	99	544	3523				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 2</b>										
На день	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	28	19	39	445		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		
<b>Итого за завтрак</b>			43	38	109	945				
завтрак 2	Апельсины	100	1		8	38		222		
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		8	38				
обед	Суп картофельный с горохом(свинина)	500/25	15	17	32	340		190,02	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	31	11	10	265		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пюре картофельное	200/5	4	3	35	188		157	472	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82		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		
<b>Итого за обед</b>			66	32	172	1206				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с творогом	100	12	10	46	321		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			18	10	54	381				
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком	75	1	13	4	141		290	40	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Поджарка( свинина)	50/15	10	30	2	317		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом 250/10	250/10	9	4	65	339		175,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с вит."С"	200			15	60		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лимон	7				2		121	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43			
<b>Итого за ужин</b>			33	49	188	1306				
<b>Итого за день</b>			161	129	531	3877				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 3</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>										
<b>завтрак</b>										
	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	200	3	3	20	120		94	642	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за завтрак</b>										
<b>завтрак 2</b>										
	Яблоки	100			15	60		217	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>										
<b>обед</b>										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с макароннами	500	3	2	24	130		60,06	139	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура жареная 100 гр.	100	27	16	1	252		117,02	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кабачки и цветная капуста,запеченные под соусом	200	8	11	16	199		266	247/553	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		
<b>Итого за обед</b>										
<b>полдник</b>										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка	100	7	2	51	251		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>										
<b>ужин</b>										
	Салат рыбный	150	8	23	11	283		77	47	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Голубцы с рисом и мясом, ленивые,250г.	250	20	15	22	302		238,02	438	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с вит."С" 2	200			15	60		324,02	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>										
<b>Итого за день</b>										
			122	96	494	3269				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 4</b>										
<b>На день</b>	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	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		
<b>Итого за завтрак</b>			22	28	102	733				
<b>завтрак 2</b>										
	Киви 100	100	1	3	5	48		98,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1	3	5	48				
<b>обед</b>										
	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	500/25/10	11	11	30	268		161,02	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	30	5	328		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 250/10 250/10		6	6	54	294		162,04	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210						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		
<b>Итого за обед</b>			36	48	165	1221				
<b>полдник</b>										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с повидлом	100	5	1	181	396		275	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			11	6	189	496				
<b>ужин</b>										
	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком	75	1	13	4	141		290	40	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Биточки рыбные 100	100	14	9	16	202		13,03	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/15			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 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			33	28	186	1105				
<b>Итого за день</b>			103	113	647	3604				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 5</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	28	19	39	445		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116		111	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		
<b>Итого за завтрак</b>			44	38	111	955				
<b>завтрак 2</b>										
	Мандарин	100	1		9	37		125	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		9	37				
<b>обед</b>										
	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) говядиной	500/25/10	10	9	28	236		227,03	110	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	жаркое по домашнему свинина	300	14	30	42	489		245	394	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		
<b>Итого за обед</b>			34	40	180	1191				
<b>полдник</b>										
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка с изюмом	100	6	1	46	221		269	824	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
<b>Итого за полдник</b>			12	1	54	281				
<b>ужин</b>										
	Салат из свежих огурцов с зеленым луком 100г.	100	1	8	3	87		31	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Печень жаренная	50	14	9	2	149		321	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара 250	250	5	6	17	144		95	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром	200/15			15	60		205	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за ужин</b>			33	25	139	887				
<b>Итого за день</b>			124	104	493	3352				

СПб ГБУ СО ПНИ № 6

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: ОВД 15

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 6</b>										
На день	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша ассорти(пшено ,рис)на молоке сладкая	200/5/5	8	6	42	254		18	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		
<b>Итого за завтрак</b>			18	15	112	644				
завтрак 2	Виноград	100	1		18	73		235	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		18	73				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	13	6	39	262		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пудинг из говядины	100	21	21	7	304		11		
	перец фаршированный овощами и рисом	200/20						337,03		
	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	50	4		26	117		42		
<b>Итого за обед</b>			44	28	150	1012				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье	35	3	4	27	142		143		
<b>Итого за полдник</b>			9	12	35	270				
ужин	Томаты очищенные в томатном соке50гр.	50			1	5		149,02	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба отварная с соусом польским	75/50	17	7	2	138		239,04	300/559	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с сбрусникой протертой 1гр.	200/25			11	45		324,07	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			35	13	165	890				
<b>Итого за день</b>			107	68	480	2890				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 7</b>										
<b>На день</b>	Соль (для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>	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	200	3	3	20	120		94	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		
<b>Итого за завтрак</b>			24	23	102	701				
<b>завтрак 2</b>	Сырок глазированный	50	2	13	18	191		315		
	Груша	100	1		11	45		241	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			3	13	29	236				
<b>обед</b>	Щи из свежей капусты сметаной	500/10	9	17	19	261		214,06	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	5	155		262	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Морковь тушеная с рисом	200	4	3	37	193		10	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок фруктовый	210						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		
<b>Итого за обед</b>			35	30	137	940				
<b>полдник</b>	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Булочка 75 гр.	75	5	2	39	192		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за полдник</b>			11	7	47	292				
<b>ужин</b>	Салат из свеклы с майонезом и чесноком	75	1	5	8	83		32	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сельдь	75	13	6		108		180	таб№25	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335		288		
	Чай с вит."С" 2	200			15	60		324,02	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			42	26	164	1033				
<b>Итого за день</b>			115	99	479	3203				



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 8</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	6	6	36	218		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		
<b>Итого за завтрак</b>			16	15	106	608				
<b>завтрак 2</b>										
	Яблоки	100			15	60		217	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>					15	60				
<b>обед</b>										
	Икра баклажанная (консервы) 50 г. 50		1	5	4	61		31,02	31	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Борщ сибирский со сметаной с говядиной	500/25/10	14	13	34	303		228	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш(говядина)	125	15	12	5	192		242	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом 250/10	250/10	9	4	65	339		175,03	273	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		
<b>Итого за обед</b>			49	35	218	1361				
<b>полдник</b>										
	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Оладьи	150/20	12	13	74	452		138	681	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			22	16	81	554				
<b>ужин</b>										
	Салат из перца сладкого 75 г.	75	1	3	4	43		173,02		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Шницель рыбный натуральный	75	13	9	8	158		210	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лимон	7				2		121	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			32	18	178	965				
<b>Итого за день</b>			119	84	598	3549				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 9</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	28	19	39	445		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116		111	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		
<b>Итого за завтрак</b>			45	35	111	930				
<b>завтрак 2</b>										
	Бананы	100	1		22	94		224	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		22	94				
<b>обед</b>										
	Суп картофельный с грибами(свининой)	500/25	10	16	43	363		192	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Мясо тушеное	50/75	11	31	4	335		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 250/10	250/10						335,01		
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82		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		
<b>Итого за обед</b>			37	48	142	1111				
<b>полдник</b>										
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с творогом	100	12	10	46	321		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			18	10	54	381				
<b>ужин</b>										
	Салат из квашеной капусты	75	1	3	2	39		59	64	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Запеканка картофельная с сердцем 243/10	243/10	19	13	55	410		89	430	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с с брусничкой протертой	200/25			11	45		324,03	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за ужин</b>			33	18	170	941				
<b>Итого за день</b>			134	111	499	3458				

СПб ГБУ СО ПНИ № 6

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: ОВД 15

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 10</b>										
<b>На день</b>	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	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
	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		
<b>Итого за завтрак</b>			24	26	114	774				
<b>завтрак 2</b>	Мандарин	100	1		9	37		125	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		9	37				
<b>обед</b>	Суп из овощей со сметаной	500//10	12	8	20	201		344,01	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура жареная 100 гр.	100	27	16	1	252		117,02	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное2	200	4	4	23	145		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210						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		
<b>Итого за обед</b>			52	29	120	929				
<b>полдник</b>	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка с изюмом	100	6	1	46	221		269	824	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
<b>Итого за полдник</b>			12	9	54	349				
<b>ужин</b>	Салат из сырых овощей75	75	1	10	3	108		63	24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов	50/50	16	16	6	234		225	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом 250/10	250/10	9	4	65	339		175,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с вит."С"	200			15	60		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 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			39	32	191	1188				
<b>Итого за день</b>			128	96	488	3278				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 11</b>										
<b>На день</b>	Соль (для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лавровый лист	1						119		
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша манная на натуральном молоке	200/5/5	6	6	32	207		254	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Какао на молоке с сахаром	200	3	3	20	120		94	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		
<b>Итого за завтрак</b>			22	25	104	721				
<b>завтрак 2</b>										
	Виноград	100	1		18	73		235	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		18	73				
<b>обед</b>										
	щи из квашеной капусты	500/25/10						302		
	Поджарка (говядина)	50/15	13	13	2	182		198	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 180 г.	180/5	7	1	48	224		123,01	273	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		
<b>Итого за обед</b>			30	15	152	845				
<b>полдник</b>										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пирожок с капустой	100	6	3	38	206		3	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за полдник</b>			12	8	46	306				
<b>ужин</b>										
	салат из свежих овощей 70/5	70/5						331,01		
	рыба припущенная в молоке с луком 100	100	13	5	3	106		169,01	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром	200/15			15	60		205	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			31	11	169	868				
<b>Итого за день</b>			96	59	489	2814				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 12</b>										
<b>На день</b>	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	28	19	39	445		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лимон	7				2		121	табл.24	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		
<b>Итого за завтрак</b>			42	32	106	876				
<b>завтрак 2</b>	Киви 100	100	1	3	5	48		98,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>			1	3	5	48				
<b>обед</b>	Солянка сборная мясная сметаной	500/45/10	11	23	23	337		72	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	31	11	10	265		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		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		
<b>Итого за обед</b>			57	39	192	1323				
<b>полдник</b>	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с повидлом 75 гр	75	4	2	43	204		275,01	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			10	2	51	264				
<b>ужин</b>	салат картофельный	150						333		
	Пудинг из говядины	100	21	21	7	304		11		
	Баклажаны, фаршированные овощами	250	3	12	17	188		309,01		
	Чай с сахаром(1)	200/15			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 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			37	35	141	999				
<b>Итого за день</b>			147	111	495	3511				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 13</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>										
<b>завтрак</b>										
	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	6	45	270		255	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат) с сахаром и молоком	200	3	3	20	116		111	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		
<b>Итого за завтрак</b>										
<b>завтрак 2</b>										
	Груша	100	1		11	45		241	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за завтрак 2</b>										
<b>обед</b>										
	салат из свежих помидор с зеленым луком	100	1	3	4	46		27	39	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	500/10	9	17	19	262		212,02	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	кура жареная 90 ГР.	90	26	17	1	259		117	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное1	250	5	8	30	215		158		
	Отвар шиповника 200 гр.	200	7		19	82		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		
<b>Итого за обед</b>										
<b>полдник</b>										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Конфеты	35	2	5	57	268		109		
<b>Итого за полдник</b>										
<b>ужин</b>										
	Салат из моркови 75г.	75	1	5	9	87		84,02	71	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Печень по-строгановски	50/50	16	12	6	193		142	387/553	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр.	200/5						335		
	Чай с вит."С" 2	200			15	60		324,02	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>										
<b>Итого за день</b>										
			121	104	474	3213				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 14</b>										
<b>На день</b>										
	Соль(для обработки) 8 г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за день</b>						1				
<b>завтрак</b>										
	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		
<b>Итого за завтрак</b>			17	16	100	602				
<b>завтрак 2</b>										
	Апельсины	100	1		8	38		222		
<b>Итого за завтрак 2</b>			1		8	38				
<b>обед</b>										
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	13	6	39	262		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель натуральный рубленый	100	19	51	11	579		208	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец фаршированный овощами и рисом	200/20						337,03		
	Сок фруктовый	210						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		
<b>Итого за обед</b>			41	58	126	1172				
<b>полдник</b>										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с морковкой	100	6	4	43	231		6	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			12	9	51	331				
<b>ужин</b>										
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	70	5	11	6	140		86	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	4	49	255		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	рыба припущенная в молоке с луком75	75	13	5	2	103		169	358	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Чай с вит."С"	200			15	60		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 100	100	8	1	52	233		43		
<b>Итого за ужин</b>			36	22	174	1005				
<b>Итого за день</b>			107	105	459	3149				

Итого за период	1693	1372	7153	46801
Среднее значение за период	121	98	511	3343
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14	12	61	

Составил Свет Диет сестра утвердил Михаил Костюк И.В.





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

Директор СПб ГБУ СО  
Нейрооневрологический 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»**

**(ОВД-9)  
Сезон: Зима  
(Сентябрь-Май)**

**2023 год**

## Примерное меню Зима (Сентябрь-Май)

Рацион: ОВД 9

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 1</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Ветчина 30гр.	30						232,01	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	7	39	254		259	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	3	3	6	56		342	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за завтрак</b>			17	17	95	581			
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		9		65	274				
обед	Салат яичный	75	1	7	1	69		81	63	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Щи из свежей капусты со сметаной ( Д)	500/20	3	9	14	149		214,05	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Плов из свинины ( Д)	200/50	16	32	44	523		147,01	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200						271	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>		25	49	109	955				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
<b>Итого за полдник</b>		8	7	20	175					
ужин	Икра кабачковая	100	2	9	9	122		93	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба жареная 75 гр.	75	16	5	2	114		166,02	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное2 ( д)	250	4	10	19	181		159,01	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	<b>Итого за ужин</b>		24	24	55	524				
<b>Итого за день</b>		83	97	344	2510					

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 2</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за завтрак</b>			44	43	79	873			
завтрак 2	Апельсины385	385	4		32	145		222,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		4		32	145				
обед	Суп картофельный с горохом( Д)	500	10	6	32	216		190	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель рыбный (из филе) натуральный ( Д)	75	12	9	4	143		209,01	209	Сборник рецептур Цыганенко
	Овощи в молочном соусе ( д)	200/50	4	6	17	142		133,03	208	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>			38	22	127	817			
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		
	<b>Итого за полдник</b>		9	3	33	198				
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком 75г.	75	1	10	3	107		291	40	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Поджарка( свинина) ( Д)	50/15	10	32	2	335		148,01	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные с маслом (200)	200/5	7	4	53	274		175,01	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Лимон	7				2		121	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	<b>Итого за ужин</b>		20	46	83	825				
<b>Итого за день</b>			115	114	354	2859				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 3</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с 200/5/3 фруктозой		9	6	40	250		256	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		
	<b>Итого за завтрак</b>			17	16	95	584			
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		1		44	179				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп картофельный с макаронами курой (Д) 500/25		10	4	25	179		60,03	139	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура отварная	100	29	12	1	234		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом ( Д)	200	7	10	16	180		266,01	247	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200						271	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>			51	27	94	814			
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Булочка	100	7	2	51	251		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за полдник</b>		15	12	71	454				
ужин	Помидоры свежие 100г.	100	1		4	21		150,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Голубцы с рисом и мясом, ленивые, (Д) 250г.	250	20	17	16	299		238,03	438	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	<b>Итого за ужин</b>		23	17	45	427				
<b>Итого за день</b>			107	72	349	2459				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 4</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Сосиски отварные	50	6	13		139		184	Табл.№11	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/3	8	8	33	239		249	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			21	30	101	746				
завтрак 2	Киви385	385	2	8	14	136		98,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		2	8	14	136				
обед	Рассольник ленинградский со сметаной ( 500/20 Д)		3	12	17	190		161,01	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	30	5	328		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 250 Д	250/5	6	6	54	299		162,06	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			24	49	139	1103				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		
	<b>Итого за полдник</b>		9	8	33	238				
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленым луком	100	2	18	5	187		290	40	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Биточки рыбные(филе) 1	100	14	9	16	202		13,01	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша пшеничная рассыпчатая со сливочным маслом	200/5	10	5	55	309		154,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			28	32	101	805				
<b>Итого за день</b>			84	127	388	3029				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 5</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	3	3	6	56		342	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за завтрак</b>			45	43	67	823			
завтрак 2	Мандарин385	385	3		33	143		125,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		3		33	143				
обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (Д)	500/10	4	5	21	143		227,01	110	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша пшениная рассыпчатая со сливочным маслом	200/5	10	5	55	309		154,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Мясо тушеное (Д)	50/75	26	43	4	502		132,01	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200						271	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>			45	54	130	1168			
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	<b>Итого за полдник</b>		8	2	20	135				
ужин	салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	1	8	3	89		332	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140		321,01	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара	250	5	6	17	144		95	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	<b>Итого за ужин</b>			22	22	47	480			
<b>Итого за день</b>			123	121	297	2750				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 6</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
<b>Итого за день</b>						1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	Каша ассорти(пшено,рис)на молоке с фруктозой	200/5/3	6	6	27	189		19	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			13	15	95	560				
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	<b>Итого за завтрак 2</b>			1		44	179			
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д)	500/35	11	8	20	197		34,02	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Пудинг из говядины 50гр.	50	7	7	3	107		11,01	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	перец фаршированный овощами и рисом (Д)	200/10						337,04	295	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	Чеснок	7			1	7		207	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Компот из изюма с фруктозой	200	1		6	28		106	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			24	16	82	560				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		
	<b>Итого за полдник</b>			9	11	33	266			
ужин	Томаты очищенные в томатном соке 50гр.	50			1	5		149,02	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	Рыба отварная с соусом польским 60г.	60/50	15	6	2	124		239,05	300/559	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	61	329		141,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			25	12	89	565				
<b>Итого за день</b>			72	54	343	2131				



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 7</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66		23,02	23	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой 200/5/3		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		
	<b>Итого за завтрак</b>			21	23	88	636			
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191		315		
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>			11	13	83	465			
обед	Щи из свежей капусты со сметаной курой ( 500/25/10 Д)		3	7	13	128		214,03	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе Д)	50/75	13	14	4	196		262,01	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Морковь тушеная с рисом ( Д)	250	4	3	39	201		10,02	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>			25	25	118	804			
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Булочка 75 гр.	75	5	2	39	192		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
<b>Итого за полдник</b>			13	9	59	367				
ужин	Салат из свеклы с майонезом и чесноком100	100	2	10	10	136		32,01	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	картофель отварной с тушенкой (Д)	200	11	9	29	243		288,01	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			15	19	64	486				
<b>Итого за день</b>			85	89	412	2759				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 8</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша геркулесовая на молоке с фруктозой	200/5/3	8	8	33	239		249	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			15	17	101	610				
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		1		44	179				
обед	Икра баклажанная (консервы)	100	2	9	9	122		31	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Борщ сибирский со сметаной ( Д)	500/10	8	8	30	223		228,02	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Гуляш(говядина) ( Д)	50/75	15	14	5	212		242,01	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные с маслом (200)	200/5	7	4	53	274		175,01	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200						271	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			37	36	147	1045				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	<b>Итого за полдник</b>		8	19	25	301				
ужин	Салат из перца сладкого	100	2	5	8	84		173	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Шницель рыбный (из филе) натуральный	75	13	9	8	160		209	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Морковное пюре	250	3	11	21	196		128,02	549	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	Батон нарезной из муки в/с32	32	2		17	75		42,04		
	Лимон	7				2		121	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за ужин</b>		22	25	79	624				
<b>Итого за день</b>			83	97	396	2760				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 9</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
<b>Итого за день</b>						1				
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66		23,02	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	3	3	6	56		342	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			45	39	67	785				
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>			2		41	172			
обед	суп картофельный с крупой( рисовый с мелко нашинкованными овощами)	500/10	3	5	26	165		301	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Мясо тушеное	50/75	11	31	4	335		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр.	200/5						335	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			26	37	105	823				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
<b>Итого за полдник</b>			8	2	20	135				
ужин	Салат из квашеной капусты	75	1	3	2	39		59	64	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Сердце тушеное в соусе Д)	50/75	13	14	4	196		262,01	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша пшеничная рассыпчатая со сливочным маслом	200/5	10	5	55	309		154,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			26	22	86	651				
<b>Итого за день</b>			107	100	319	2567				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 10</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за завтрак</b>			44	43	79	873			
завтрак 2	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Мандарин 385	385	3		33	143		125,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>			10		57	245			
обед	Суп из овощей со сметаной с курой (Д)	500/25/10	12	8	20	201		344	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура отварная	100	29	12	1	234		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное 2 (д)	250	4	10	19	181		159,01	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>			50	31	102	895			
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за полдник</b>			8	22	25	329			
ужин	Салат из сырых овощей 100гр.	100	2	13	4	144		63,01	24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Бефстроганов (Д)	50/50	16	15	6	222		225,01	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр.	200/5						335	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
	<b>Итого за ужин</b>			24	28	61	590			
<b>Итого за день</b>			136	124	324	2933				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 11</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	7	39	254		259	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		
<b>Итого за завтрак</b>			22	26	94	689				
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		1		44	179				
обед	Щи по-уральски (Д)	500/10	3	7	13	131		65,01	124	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Поджарка (говядина)	50/15	13	13	2	182		198	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 180 г.	180/5	7	1	48	224		123,01	273	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		
<b>Итого за обед</b>			29	22	119	779				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	<b>Итого за полдник</b>		8	7	20	175				
ужин	салат из свежих овощей	100/5						331	40	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	рыба припущенная в молоке с луком 75 гр.(филе)	75	1	5	3	55		169,02	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша перловая отварная рассыпчатая	150	5	4	37	199		141	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			8	9	65	361				
<b>Итого за день</b>			68	64	342	2184				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 12</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66		23,02	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			44	38	79	826				
завтрак 2	Киви385	385	2	8	14	136		98,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		2	8	14	136				
обед	Солянка сборная со сметаной ( Д)	500/20/10	6	17	11	224		72,03	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Шницель рыбный натуральный	75	13	9	8	158		210	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 250 гр.		8	6	61	329		141,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Компот из кураги с фруктозой	200						271	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			32	33	130	925				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		
<b>Итого за полдник</b>			9	3	33	198				
ужин	салат картофельный 100г.	100						333,01	59	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Пудинг из говядины 50гр.	50	7	7	3	107		11,01	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Баклажаны, фаршированные овощами ( Д) 250		3	12	18	190		309	297	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			12	19	46	404				
<b>Итого за день</b>			99	101	302	2490				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 13</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с 200/5/3 фруктозой		9	6	40	250		256	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	3	3	6	56		342	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за завтрак</b>			22	26	96	690				
завтрак 2	Груша 385	385	2		41	172		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		2		41	172				
обед	салат из свежих помидор с зеленым луком 100		1	3	4	46		27	39	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Щи из свежей капусты со сметаной ( Д)	500/10	3	7	13	128		214,08	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кура отварная 90г.	90	26	11	1	211		116,02	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное1 ( Д)	250	4	6	20	154		158,01	215	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
<b>Итого за обед</b>			46	28	113	862				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161		61		
	<b>Итого за полдник</b>		8	19	22	289				
ужин	Салат из моркови 100 г.	100	1	7	11	111		84,01	71	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Печень по-строгановски( Д)	50/50	16	11	6	189		142,01	387	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша Гречневая рассыпчатая	150	8	5	42	243		240	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
<b>Итого за ужин</b>			27	23	84	650				
<b>Итого за день</b>			105	96	356	2664				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
<b>День 14</b>										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за день</b>					1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	24	11	392		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком и фруктозой	200/10	2	2	18	97		320,02	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за завтрак</b>			39	33	79	763			
завтрак 2	Апельсины385	385	4		32	145		222,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за завтрак 2</b>		11		56	247				
обед	Суп картофельный с рыбой и перловкой ( Д) 500/35		11	8	20	197		34,02	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель натуральный рубленый 70	70	8	21	6	244		208,04	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	перец фаршированный овощами и рисом (Д)	200/20						337,04	295	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	<b>Итого за обед</b>		24	30	88	720				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пирожок с морковкой	100	6	4	43	231		6	687	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	<b>Итого за полдник</b>		12	9	51	331				
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным 100г.	100	2	3	10	74		87	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	рыба припущенная в молоке с луком 75 гр.(филе)	75	1	5	3	55		169,02	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	61	329		141,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		
	Батон нарезной из муки в/с41	41	3		21	96		42,01		
	<b>Итого за ужин</b>		16	14	120	661				
<b>Итого за день</b>			102	86	394	2723				



Итого за период	1332	1334	4915	36586
Среднее значение за период	95	95	351	2613
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15	15	54	

Составил Сит Диет сестра Ирина Костюк и.г. Утвердил \_\_\_\_\_



В данном журнале пронумеровано и  
прошнуровано 16

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)