

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор Сиб ГБСУ 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: Лето

(Июнь-Август)

2023 год

Примерное меню

Лето

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					
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 сахаром с 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	Груша 100 гр.	100	1		21	90		241,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Щи из свежей капусты с мясом сметаной	500/25/10	9	19	19	279		214,02	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Томаты очищенные в т.с.50г.	50	1		2	10		149,02	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Рыба жареная	100	16	6	4	134		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пюре картофельное	250/8	6	6	44	252		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										
полдник	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197		3	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
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		147	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		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 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин										
2ужин	Йогурт питьевой	200	10	3	7	102		91	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 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	18	37	421		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	Абрикос	100	1		10	44		306	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 холодный мясной сметаной	500/25/15	10	7	30	224		300	191	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Шницель рыбный натуральный 100г.	100	16	8	9	171		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное2	200	4	10	21	193		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	40	260		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Отвар шиповника 200/10	200/10	7		24	102		325,02	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат Весна	100								
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	6	157		262	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 250 гр.	250/8	6	4	53	271		348,01		
	Чай с сахаром(1)	200/10			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		
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 3										
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 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			20	16	117	683				
завтрак 2										
	Персик	100	1			63				
Итого за завтрак 2			1			63				
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	8	13	143		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			42	25	165	1026				
полдник										
	Пирожок с сердцем	100	17	4	37	258		7	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			17	4	44	286				
ужин										
	Салат рыбный	100	5	16	7	190		77	47	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	26	3	282		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/5	6	3	39	205		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с вит. "С" 1г.	200/7			15	60		324,1	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		
Итого за ужин			34	47	166	1184				
2ужин										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за 2ужин			6	8	8	128				
Итого за день			120	100	500	3370				

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 йодированная	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										
	ЧЕРЕШНЯ	100	1		12	58		295		
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	13	3	44	259		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печень жаренная	50	14	8	2	140		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										
	ватрушка с повидлом	100	5	1	181	395		275	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника б/с	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат яичный 70г.	70	1	10	1	96		81,01	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)	200/10			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		
Итого за ужин										
2ужин										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			113	97	680	3605				

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"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Колбаса вареная порц.	40						104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	27	18	37	421		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	Вишня	100	1		11	49		296		
	Итого за завтрак 2									
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Солянка сборная мясная сметаной	500/25/10	12	26	30	401		72	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Биточки рыбные 100г	100	14	9	11	179		13	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Баклажаны, фаршированные овощами 220	220	3	14	21	218		309,02		
	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	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/10			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин	салат из свежих овощей	100/5						330		
	Мясо тушеное	50/75	24	37	4	443		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель жареный	250	7	25	72	543		96		
	Чай б/с сбусушкой протертой(1)	200						324,04	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		
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 6										
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 ассорти(пшено ,рис)на молоке сладкая	200/5/5	6	6	32	209		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		
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Слива	100	1		13	56		181		
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
	Рыба жареная 75	75	16	4	2	110		166,02	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	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	3	10	15	160		32,02	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Печень по-строгановски	50/50	16	12	6	193		142	387/553	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 200	200/5	6	3	39	205		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200/10			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		
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								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2						88		
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		
	Арбузы	100	1		6	25		307		
Итого за завтрак 2										
обед										
	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом	500/25/10	12	11	40	312		161	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	--Рыба ,тушенная в томате с овощами 200		22	6	9	175		221	309	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	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	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Биточки мясные 100	100	17	15	14	259		219,03	424	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Морковь тушенная с рисом	250	4	13	39	291		10	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с вит."С"1г.	200/7			15	60		324,1	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		
Итого за ужин										
2ужин										
	Бифидум	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										
			15	15	100	579				
завтрак 2										
	Яблоки 100	100	1		23	93		217,02	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
			1		23	93				
обед	Борщ московский с мясом сметаной	500/45/10	12	16	29	314		15	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рыба отварная с соусом польским	75/50	20	8	2	165		239	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										
			47	30	190	1208				
полдник										
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	234		269	824	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Йогурт питьевой	200	10	3	7	102		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
			16	5	54	336				
ужин	Салат картофельный 150г.	150	5	6	36	216		76,02	51	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Мясо тушеное	50/75	24	37	4	443		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 150	150/5	6	4	39	211		123,02	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром(1)	200/10			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		
Итого за ужин										
			48	49	196	1377				
Итого за день										
			127	99	563	3593				

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 сгущеным молоком	150/25	27	18	37	421		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										
	Дыня	100	1		7	34		310		
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	13	3	44	259		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов	50/50	14	17	6	232		225	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	каша гречневая рассыпчатая 250 г.	250/8	15	7	79	435		240,04	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника	200	7		14	62		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										
полдник										
	Ватрушка с творогом	100	12	6	40	260		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с 1г.	200						324,09	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	19	15	55	428		89	430	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с сбрусникой протертой(1)	200						324,04	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
Итого за ужин										
2ужин										
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин										
Итого за день										
			154	86	549	3504				

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 (для обработки) 4г.	4						183,02		
	соль иодированная	10								
	перец горошком	1						53		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	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"1997г
	каша пшеничная на натуральном молоке 200/5/5 с сахаром		9	7	44	274		258	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	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										
	Вишня	100	1		11	49		296		
Итого за завтрак 2										
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Суп из овощей сметаной	500/10	4	7	27	186		186,03	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Кура жареная	100	21	14	1	216		117	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Капуста тушенная свежая	250	5	6	17	144		95	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник										
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197		3	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за полдник										
ужин										
	салат из помидоров, сладкого перца	75/5	1	4	3	57		174,03	55	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г
	Пудинг	100	20	19	1	252		11,03		
	Пюре картофельное	250/8	6	6	44	252		157	472	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай с вит. "С"	200			10	40		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин										
Итого за день										

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										
завтрак 2	ЧЕРЕШНЯ	100	1		12	58		295		
	Итого за завтрак 2									
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 отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	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										
полдник	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка	50/15	13	13	2	183		198,01	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные 200	200/5	6	3	39	205		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром 1г.	200/10			7	28		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 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин										
2ужин	Бифидум	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 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 сгущеным молоком	150/25	27	18	37	421		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										
	Персик	100	1			63				
Итого за завтрак 2										
обед										
	Суп картофельный с грибами(свининой)	500/25/10	10	16	43	363		192	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель рыбный натуральный 100г.	100	16	8	9	171		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное1	200	4	9	22	186		158		
	Отвар шиповника	200	7		14	62		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										
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										
ужин										
	Салат из свеклы с майонезом и чесноком 75	75	3	10	15	160		32,02	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	жаркое по домашнему свинина	300	14	30	42	492		245	394	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/10			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		
Итого за ужин										
Итого за день										
			30	42	174	1159				
			131	110	634	3677				

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 пшеничная на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	9	6	45	270		255	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Кофе (суррогат) с сахаромс молоком 4 200	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										
			20	16	117	676				
завтрак 2	Абрикос	100	1		10	44		306	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2									
			1		10	44				
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
	Макароньы отварные 200	200/5	6	3	39	205		123,03	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 нарезнойиз муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
			43	28	163	1057				
полдник	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром1г.	200/10			7	28		318,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
того за полдник										
			7	2	58	280				
ужин	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рулёт с луком и яйцом	142	16	14	18	253		51	420	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Картофель отварной	200/5	5	5	49	263		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с сахаром1г.	200/10			7	28		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 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин										
			34	21	178	998				
2ужин	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за 2ужин									
			6	8	8	128				
Итого за день										
			111	75	534	3183				

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 (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	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212		250	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	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	Яблоки 100	100	1		23	93		217,02	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Борщ сибирский со сметаной с мясом	500/25/10	13	17	34	333		228,03	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Биточки рыбные(филе) 1	100	14	9	15	196		13,01	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Рагу овощное2	200	4	10	21	193		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник	Конфеты шоколадные	35	2	5	57	268		109,01		
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
Итого за полдник										
ужин	Салат из моркови 100	100	1	3	11	81		84,01	71	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997г
	Шницель натуральный рубленый 100	100	14	38	7	421		208,03	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	каша гречневая рассыпчатая 250 г.	250/8	15	7	79	435		240,04	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	Чай с вит. "С"	200			10	40		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996г
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин										
Итого за день										

иод	1720	1366	7722	48469
чение за период	123	98	552	3462
белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14	11	64	

Составил Сей М/с диетическая Утвердил Костюк И.Э.



1-6
ив
3г

0

15

В данном журнале пронумеровано и
прошнуровано 16 листов
Шестьдесят

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



Для документа

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: Лето

(Июнь-Август)

2023 год

Примерное меню

Рацион: ОВД 9

Лето

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 г.	4						2 223		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак										
	Ветчина	50	5	24		235		232	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшенная на натуральном молоке с фруктозой (жидкая)	200/5/5	9	7	44	274		258,02	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1998год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	6	5	10	108		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1998год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
ого за завтрак			25	43	104	888				
завтрак 2										
	Груша 385	385	1		21	90		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		21	90				
обед										
	Томаты очищенные в т.с. 50	50	1		2	10		149,01	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Щи из свежей капусты Д	500//10	8	11	21	218		277,03	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335		288		
	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			30	25	121	815				
полдник										
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	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		147	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	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 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин			5	5	18	140				
Итого за день			89	112	399	2934				

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	14	518		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	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										
	Абрикос 385г.	385	1		10	44		306,01	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 холодный мясной сметаной	500/25/15	10	7	30	224		300	191	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	шницель рыбный натуральный 75 гр.(Д)	75	12	6	4	112		334		
	каша пшеничная 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										
	Салат Весна	100								
	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										
			125	94	330	2639				

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 иодированная 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	5	4	8	86		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										
завтрак 2	Персик 100г.	385	1			63		351		
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	суп вермишелевый с курой	500/25	12	4	48	283		66,02	148	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом	200	5	8	13	143		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										
полдник	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин	Помидор свежий 100	100	1		4	21		272	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	26	3	282		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин										
2ужин	Ряженка 200 гр.	200	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)	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	200/10	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										
автрак 2	ЧЕРЕШНЯ 385г.	385	1		12	58		295,01		
Итого за завтрак 2										
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Суп картофельный с рыбой и 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 (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 б/с	200	7		24	102		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин	Салат из соленых огурцов с луком	100	3	2	2	40		35	37	сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	302		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	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	Бифидум 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	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 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	14	518		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	кофе сурогат на молоке с фруктозой(Д)	200	6	5	10	108		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			51	44	74	897				
втрак 2	Вишня 385г.	385	1		11	49		296,01		
Итого за завтрак 2			1		11	49				
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			25	39	98	820				
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Чай б/с 1г.	200						324,09	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			2	14	17	201				
ужин	Салат из свежих овощей (Д)	100/5	1	5	4	65		341		
	Мясо тушеное (Д)	50/75	23	34	4	420		132,01	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	2	65	329		240,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с с брусникой протертой(1)	200						324,04	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			38	41	98	921				
2ужин	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин			8		24	135				
Итого за день			125	138	322	3023				

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 йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Каша ассорти(пшено,рис)на молоке с фруктозой	200/5/5	6	6	27	189		19	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1987год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	того за завтрак			12	14	79	489			
завтрак 2	Слива 385г.	385	1		10	43		181,01		
	Итого за завтрак 2			1		10	43			
обед	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	щи из свежей капусты с курой (Д)	500/10	7	12	15	200		347,01		
	рыба жаренная (Д)	65	14	4	2	101		332		
	Капуста жареная	250	6	6	18	153		286	483	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			34	23	93	703				
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Ряженка 200 гр.	200	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Творожная запеканка с фруктозой	150	25	18	9	304		200,01	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	того за полдник			33	40	34	633			
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 с маслом	170/5	6	4	45	239		175	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			27	23	82	636				
Итого за день			107	100	298	2504				

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 иодированная 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	5	4	8	86		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										
	Арбузы 385	385	1		6	25		307,01		
	Сырок глазированный 100г.	100	4	25	36	381		315,01		
Итого за завтрак 2										
обед										
	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом (Д)	500/25/20	9	16	15	246		161,01	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рыба (филе) тушенная в томате с овощами.	200	22	6	9	178		165	309	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	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						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Биточки мясные(Д)	50	8	6	6	111		336		
	Морковь тушенная с рисом	250	4	13	39	291		10	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин										
2ужин										
	Бифидум 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	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 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 пшеничная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219		259	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	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			14	15	84	519			
завтрак 2	яблоки 385	385	1		23	93		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2			1		23	93			
обед	Борщ московский с сметаной (Д)	500/30/10	12	19	22	307		15,01	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рыба отварная с соусом польским(Д)	50/50	14	6	2	117		346		
	морковное пюре	200	3	6	18	141		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			35	32	98	804			
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Бифидум 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			7	19	35	341				
ужин	Салат из соленых огурцов с луком	100	3	2	2	40		35	37	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	Мясо тушеное (Д)	50/75	23	34	4	420		132,01	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Макароны отварные 150	150/5	6	4	39	211		123,02	273	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			34	40	70	778				
Итого за день			91	106	310	2535				

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	14	518		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	6	5	10	108		114,01	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак			56	49	74	963			
завтрак 2	Дыня 385г.	385	1		7	34		310,01		
	Итого за завтрак 2		1		7	34				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д)	500/30	10	6	18	168		34,01	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов (Д)	50/50	11	13	6	188		225,01	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр.	200/5	5	3	44	223		348		
	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			41	23	126	833				
полдник	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Чай б/с 1г.	200						324,09	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			2	2	12	75				
ужин	Салат витаминный (2) Д	100	1	1	7	43		70,02	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 сбрusникой протертой(1)	200						324,04	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			23	14	80	541				
2ужин	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за 2ужин		8		24	135				
Итого за день			131	88	323	2581				

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								183,01		
	Соль йодированная 4 гр.	4						88		
	Зелень свежая	2								
Итого за На день										
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой жидкая	200/5/5	8	7	32	219		259	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997 год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	1	1	2	26		323	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
Итого за завтрак			19	25	84	629				
завтрак 2	Вишня 385г.	385	1		11	49		296,01		
			1		11	49				
Итого за завтрак 2										
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Суп из овощей сметаной, курой (Д)	500/25/10	9	11	7	161				
	Кура отварная	75	16	7	1	126		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Капуста тушеная свежая (д)	250	5	9	17	172		95,01	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Сок без сахара	231	1		27	109		182,01		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
Итого за обед			36	28	104	789				
полдник	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Ряженка 200 гр.	200	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
			9	11	33	266				
Итого за полдник										
ужин	Салат из помидоров, сладкого перца (Д) 75/5		1	5	3	61		342		
	Котлеты (Д)	50	8	8	8	132		226,01	416	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	Каша перловая рассыпчатая 200гр.	200	6	4	49	254		333		
	Чай с фруктозой(1)	200/10						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996 год
Итого за ужин			17	17	85	554				
Итого за день			82	81	317	2287				

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	5	4	8	86		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		24	23	97	675				
завтрак 2	ЧЕРЕШНЯ 385г.	385	1		12	58		295,01		
	Итого за завтрак 2		1		12	58				
обед	Суп картофельный с горохом(свинина) 500/25 (Д)	500/25	13	18	28	321		190,01	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	рыба жаренная (Д)	65	14	4	2	101		332		
	Овощи в молочном соусе 1 (Д)	175/50	5	6	23	166		133,04	208	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	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		38	29	112	840					
полдник	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за полдник		2	2	12	75				
ужин	Помидоры свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка (говядина)	50/15	13	13	2	183		198	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные 200	200/5	6	3	39	205		123,03	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за ужин		22	16	68	505				
2ужин	Бифидум 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за 2ужин		5	5	18	140				
Итого за день		92	75	319	2293					

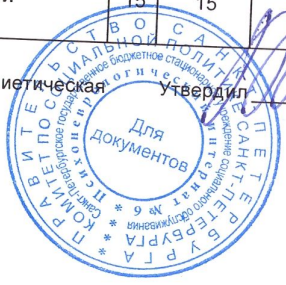
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 12										
На день	Соль йодированная 4 гр.	4						183,01		
	Зелень свежая	2						88		
Итого за На день										
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	40	32	14	518		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	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			46	40	66	818				
завтрак 2	Персик 100г.	385	1			63		351		
	Итого за завтрак 2			1		63				
обед	Суп картофельный с грибами (Д)	500/10	2	7	11	116		192,01	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	шницель рыбный натуральный 75 гр. (Д)	75	12	6	4	112		334		
	Рагу овощное1 (Д)	200	4	9	22	186		158,01		
	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			33	23	93	661				
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Кефир с сахаром 200гр.	200/15	8		24	135		97,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			10	14	41	336				
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным	150	2	5	16	115		87		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Мясо тушеное	50/75	24	37	4	443		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	каша гречневая рассыпчатая 200г.	200/5	12	2	65	329		240,01	255	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			40	44	110	994				
Итого за день			130	121	310	2872				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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	6	5	10	108		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			20	18	100	629				
завтрак 2										
	Абрикос 385г.	385	1		10	44		306,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		10	44				
обед										
	щи из свежей капусты с курой (Д)	500/10	7	12	15	200		347,01		
	Кура отварная 90гр.	90	19	8	1	151		344		
	каша пшеничная рассыпчатая со сливочным маслом 200 г.	200/5	10	5	54	302		154,04	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			42	26	126	895				
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						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			10	5	76	390				
ужин										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Котлеты (Д)	50	8	8	8	132		226,01	416	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной (Д)	150/5	3	5	30	177		267,04	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 45	45	3		24	105		42,02		
	Чай с фруктозой 1г.	200/5						206,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			16	13	89	528				
2ужин										
	Ряженка 200 гр.	200	6	8	8	128		170,03	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за 2ужин			6	8	8	128				
Итого за день			95	70	409	2614				

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 йодированная 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" 1996год
	Яйцо вареное	40				3		2 222		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с молоком с фруктозой	200/10	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	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Борщ сибирский со сметаной (Д)	500/10	4	5	24	155		345		
	Биточки рыбные (филе) (Д) 50гр.	50	7	5	6	90		338		
	Рагу овощное2 (д)	200	3	7	14	131		159,01	487	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										
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161		61		
	Бифидум 0,5	200/15	5	5	18	140		36,02	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат из моркови 100	100	1	3	11	81		84,01	71	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1997год
	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" 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										
			66	88	383	2563				

с за период	1418	1349	4860	36995
нее значение за период	101	96	347	2643
ржание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15	15	53	

Составил СМ М/с диетическая Утвердил Мещу Костив Г.Г.



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

Директор СПб ГБУ СО
Психоневрологический интернат №6

Зам. Директора по М.Ч.

(И.Г. Костив)
(И.Г. Костив)

(Н.М. Мох)
(Н.М. Мох)

