

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СПб 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 »

(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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Ветчина	50	6	5		63		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 и 200 молоком		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		
Итого за завтрак			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
Итого за завтрак 2			6		25	106				
обед										
	Борщ московский с мясом со сметаной	500/45/10	16	18	37	375		15	112	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Плов из свинины	200/50	16	34	43	540		147	403	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кисель из кураги (жидкий)	180			21	85	80	101,02	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			41	53	177	1331	80			
полдник										
	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с сердцем	100	17	4	37	257		7	687	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			27	7	44	359				
ужин										
	Икра кабачковая 50 г.	50	1	5	4	61		93,01	31	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба жареная	100	21	6	3	152		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			40	18	173	984				
Итого за день			140	100	535	3524	80			

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 2										
На день	Соль(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком 150/25		27	18	37	424		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			42	37	107	924				
завтрак 2	ЧЕРЕШНЯ(100)	100	1		12	58		295,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		12	58				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл. 24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с горохом(свинина)	500/25	17	17	46	402		190,02	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	31	12	9	267		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пюре картофельное	200/5	5	4	35	197		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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			69	34	187	1286				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с творогом	100	12	6	46	285		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			18	6	54	345				
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с репчатым луком и майонезом75 гр.	75	1	10	3	107		291,02	40	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	27	2	290		148	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 вит."С"	200			15	60		324,01	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			31	43	175	1178				
Итого за день			161	120	535	3792				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке 200/5/5 с сахаром		9	6	45	270		255	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	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		
Итого за завтрак			20	16	117	683				
завтрак 2										
	Абрикос	100	1		10	44		306	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		10	44				
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп с макаронами	500	6	2	48	237		60,01	139	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура жареная 100 гр.	100	26	16	1	250		117,02	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кабачки и цветная капуста,запеченые под соусом	200	8	13	16	217		266	247	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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			50	32	177	1177				
полдник										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			13	10	59	380				
ужин										
	Салат рыбный	150	8	23	11	283		77	47	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	запеканка картофельная с мясом сметаной	243/10	17	36	55	607		1	430	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			38	61	183	1397				
Итого за день			122	119	546	3682				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
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			22	28	102	733				
завтрак 2	Персик(100)	100						308	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед	Томаты свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рассольник ленинградский со сметаной с мясом	500/25/10	11	12	40	312		161	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			37	45	197	1317				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с повидлом	100	5	2	65	300		275	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			11	7	73	400				
ужин	Котлеты рыбные 1	100	15	9	18	212		13,04	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное2	250	6	10	33	245		159	487	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			34	21	168	964				
Итого за день			104	101	540	3415				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком	150/25	27	18	37	424		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		
Итого за завтрак			43	37	109	934				
завтрак 2	Виноград	100	1		18	73		235	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		18	73				
обед	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) мясом	500/25/10	10	16	36	328		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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			34	47	188	1283				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	231		269	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			12	2	55	291				
ужин	Салат из свежих огурцов с луком репчатым	100	1	3	4	48		31	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Печень жаренная	50	14	9	2	149		321	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 250гр.	250/10						335,01	255	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			28	14	123	704				
Итого за день			118	100	493	3286				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	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		
Итого за завтрак			18	15	112	644				
завтрак 2	Слива	100	1		10	43		181	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		10	43				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	13	4	39	240		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пудинг 100	100	15	15	5	219		11	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	перец фаршированный овощами и рисом 250/250г.	250/25						337	295	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Компот из изюма сладкий	200	1		26	108		24	588	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с32	32	2		17	75		42,04		
Итого за обед			36	20	139	863				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье	35	3	4	27	142		143		
Итого за полдник			9	12	35	270				
ужин	Салат из редиса75 гр.	75	1	10	3	106		298,01	52	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба жареная	100	21	6	3	152		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с с брусникой протертой 1гр.	200/25			11	45		324,07	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			40	23	168	1014				
Итого за день			104	70	464	2835				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за 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	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		
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191		315		
	Абрикос	100	1		10	44		306	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Щи из свежей капусты сметаной	500/10	4	5	23	154		214,06	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	6	157		262	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Морковь тушеная с рисом 250г.	250	4	3	39	201		10,03	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед										
полдник										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка 75 гр.	75	5	1	37	179		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат из свеклы с майонезом и чесноком100	100	2	10	10	136		32,01	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	картофель отварной с тушенкой	275	15	13	39	335		288	470	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		
	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 8										
На день										
	Соль(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день										
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	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		
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Яблоки	100			15	60		217	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Борщ сибирский со сметаной с мясом	500/25/10	16	13	50	374		228,03	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Мясо тушеное	50/75	11	28	4	309		132	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макаронны отварные с маслом (250)	250/10	7	4	53	274		175,02	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		
	Батон нарезной из муки в/с41	41	3		21	96		42,01		
Итого за обед										
полдник										
	Йогурт фруктовый	200	10	3	7	102		91	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с морковкой	100	6	2	43	213		6	687	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник										
ужин										
	Салат из сырых овощей 100гр.	100	1	9	4	100		63,01	24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рыба жареная	100	21	6	3	152		166	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		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		
	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 9										
На день										
	Соль(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за день						1				
завтрак										
	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком 150/25		27	18	37	424		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		
Итого за завтрак			44	34	109	909				
завтрак 2										
	Персик(100)	100						308	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Суп картофельный с грибами(свининой) 500/25		10	16	43	361		192	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 250г.	250/10	6	6	53	288		162,04	255	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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			42	50	196	1363				
полдник										
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Ватрушка с творогом	100	12	6	46	285		8	695	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			18	6	54	345				
ужин										
	Салат из перца сладкого 100 г.	100	1	3	5	55		173,01	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	рыба припущенная в молоке с луком	100	17	7	3	148		169	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай б/с сбрусникой 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		
Итого за ужин			36	17	170	959				
Итого за день			140	107	529	3577				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 10										
На день	Соль(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за день						1				
завтрак	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		
Итого за завтрак			24	26	114	774				
завтрак 2	ЧЕРЕШНЯ(100)	100	1		12	58		295,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		12	58				
обед	Суп из овощей со сметаной	500/10	4	5	20	142		344	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура жареная 100 гр.	100	26	16	1	250		117,02	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное2	250	6	10	33	245		159	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			46	32	155	1067				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка с изюмом	100	6	2	47	231		269	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			12	10	55	359				
ужин	Томаты свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов	50/50	16	16	6	234		225	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом (200)	200/5	7	4	53	274		175,01	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			37	22	178	1025				
Итого за день			120	90	514	3284				

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(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за день						1				
завтрак	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		
Итого за завтрак			22	25	104	721				
завтрак 2	Абрикос	100	1		10	44		306	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2			1		10	44			
обед	Борщ холодный с мясом со сметаной	500/25/10	3	2	29	148		300	191	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка(свинина)	50/15	10	27	2	290		148	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом (250) 250/10		7	4	53	274		175,02	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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			30	34	186	1151				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с капустой	100	6	2	38	197		3	687	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за полдник			12	7	46	297			
ужин	Салат витаминный (2)	75	1	3	7	64		70	27	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе	50/75	13	9	6	157		262	406	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			32	19	179	992				
Итого за день			97	85	525	3206				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Лавровый лист	1						119		
Итого за день						1				
завтрак	Сыр	30	6	6		79		23	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка сгущеным молоком 150/25		27	18	37	424		201	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60		318	628	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			41	31	104	853				
завтрак 2	Вишня	100	1		11	49		296		
Итого за завтрак 2			1		11	49				
обед	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Солянка сборная мясная сметаной	500/45/10	11	23	23	337		72	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Шницель рыбный натуральный 100гр.	100	31	12	9	267		210,01	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пюре картофельное	200/5	5	4	35	197		157	472	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кисель из кураги (жидкий) 200 гр.	200	1		42	168		101,03	590	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			57	40	187	1307				
полдник	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
Итого за полдник			10	2	51	264				
ужин	Пудинг 100	100	15	15	5	219		11	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Баклажаны, фаршированные овощами 270г.	270	3	12	22	209		309,01	297	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Чай с сахаром(1)	200/15			15	60		318	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			31	29	144	935				
Итого за день			140	102	497	3409				

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)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	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		
Итого за завтрак			25	26	117	789				
завтрак 2										
	Слива	100	1		10	43		181	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		10	43				
обед										
	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	500/10	4	5	25	164		212,02	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	кура жареная 90 ГР.	90	26	18	1	267		117	450	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное1	250	6	4	36	205		158	215	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		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			52	28	157	1049				
полдник										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Конфеты	35	2	5	57	268		109		
Итого за полдник			8	13	65	396				
ужин										
	Салат из моркови 75 г.	75	1	5	9	87		84,02	71	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша гречневая рассыпчатая 250гр.	250/10						335,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печень по-строгановски	50/50	16	5	6	130		142	387/553	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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			30	12	132	724				
Итого за день			116	79	481	3002				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 14										
На день										
	Соль(для обработки)8г.	8						341,02		
	Соль йодированная	10						339		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	перец горошком	1						53		
	Лавровый лист	1						119		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша геркулесовая на натуральном молоке с сахаром	200/5/5	7	7	30	212		250	257	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с молоком	130/70/15	2	2	18	97		320	630	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за завтрак			17	16	100	602				
завтрак 2										
	Яблоки	100			15	60		217	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника 100 гр.	100	3		10	41		325,03	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			3		25	101				
обед										
	Суп картофельный с рыбой и перловкой	500/35	13	4	39	240		34	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель натуральный рубленый	100	15	38	8	434		208	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара	250	5	9	17	171		95	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок фруктовый	210	1		25	99		182		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за обед			43	52	165	1275				
полдник										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			13	7	59	352				
ужин										
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	70	5	11	6	140		86	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Картофель отварной	250/5	5	5	49	264		267	470	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	рыба припущенная в молоке с луком	100	17	7	3	148		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		
	батон нарезной из муки в/с 100	100	8	1	52	233		43		
Итого за ужин			40	25	175	1059				
Итого за день			116	100	524	3390				

Итого за период	1692	1346	7249	46949	80
Среднее значение за период	121	96	518	3354	6
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14		62		

Составил Сев М/с диетическая Утвердил И.И. Костюк и.л.



В данном журнале пронумеровано и
прошнуровано 16 листов.

И.Г. Костив
Директор СПб ГБУ СО
Психоневрологический интернат №6

(И.Г. Костив)

Зам. Директора по М.Ч.

Н.М. Мох

(Н.М. Мох)





«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СПб ГБУ СО ПНИ-6

Для докумен

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: Лето
(Июнь-Август)

2023 год

Примерное меню Лето

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					
День 1										
На день										
	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день										
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	4	4	8	82		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		
Итого за завтрак										
завтрак 2										
	Груша 385	385	2		41	172		241,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2										
обед										
	Щи из свежей капусты со сметаной (Д)	500/10	3	7	13	128		214,05	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Плов из свинины (Д)	200/50	13	27	45	470		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		
Итого за обед										
полдник										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
Итого за полдник										
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
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	60	327		141,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин										
Итого за день										
			84	80	366	2459				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 2										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Итого за день					1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		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		
Итого за завтрак			44	42	78	863				
завтрак 2	ЧЕРЕШНЯ 385	385	4		47	223		295	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2		4		47	223				
обед	Огурец свежий 100	100	1		3	14		273	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с горохом(Д)	500	10	6	32	216		190	138	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель рыбный натуральный (Д)	75	24	11	8	222		210,03	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Овощи в молочном соусе (д)	200/50	4	5	17	133		133,03	208,549	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			51	23	114	821				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			9	3	33	198				
ужин	Салат из свежих помидор и огурцов с репчатым луком и майонезом100 гр.	100	1	13	4	143		291,03	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
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			20	49	84	859				
Итого за день			128	117	356	2965				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшеничная на натуральном молоке с фруктозой	200/5/3	9	6	40	250		256	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		
Итого за завтрак			19	17	98	610				
завтрак 2										
	Абрикос 385	385	1		20	88		306,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		20	88				
обед										
	Огурцы свежие	50			2	7		136	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп с макаронными курицей (Д)	500/25	3	1	18	97		60,05	139	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура отварная	100	22	9	1	178		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом (Д)	200	7	13	16	214		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		
Итого за обед			37	24	87	710				
полдник										
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Булочка	100	7	2	51	252		229	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			13	10	59	380				
ужин										
	Томаты свежие 100	100	1		4	21		272	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	запеканка картофельная с мясом сметаной	243/10	17	36	55	607		1	430	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			20	36	84	735				
Итого за день			90	87	348	2524				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						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		
Итого за завтрак			21	30	101	746				
завтрак 2	Персик	385	3			162		327	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за завтрак 2			3			162				
обед	Томаты свежие	50	1		2	10		150	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рассольник ленинградский со сметаной (Д)	500/20	3	12	17	190		161,01	129	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша гречневая рассыпчатая 200гр.	200/5						335	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	Чеснок	7			1	7		207	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			19	40	87	787				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за полдник			9	8	33	238				
ужин	Котлеты рыбные (филе) 1Д	100	15	9	18	211		13,03	324	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Рагу овощное 2 (д)	250	4	7	18	151		159,01	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
Итого за ужин			21	16	61	469				
Итого за день			73	94	282	2403				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак	Колбаса вареная порц.	40	5	9		104		104	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82		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		
Итого за завтрак			46	43	68	839				
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			1		44	179				
обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (Д)	500/10	4	5	21	144		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	11	33	4	354		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		
Итого за обед			30	44	130	1021				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
Итого за полдник			8	2	20	135				
ужин	Салат из свежих огурцов с луком репчатым 100 г.Д	100	1		4	18		31,01	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Печень жаренная (Д)	50	14	8	2	140		321,01	386	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша Гречневая рассыпчатая	150/5	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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			25	13	73	508				
Итого за день			110	102	335	2683				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 6										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Итого за день					1				
завтрак	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша ассорти(пшено,рис)на молоке с фруктозой	200/5/3	6	6	27	189		19	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		
Итого за завтрак			13	15	95	560				
завтрак 2	Слива(385)	385	3		38	165		181,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2		3		38	165				
обед	Огурец свежий 100	100	1		3	14		273	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д)	500/35	9	5	20	166		34,02	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пудинг 50гр.	50	7	7	3	107		11,03	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	перец фаршированный овощами и рисом 250г.	250/25						337	295	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	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		
Итого за обед			23	13	83	536				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			9	11	33	266				
ужин	Салат из редиса75 гр.	75	1	10	3	106		298,01	52	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Рыба жареная (филе) (Д)	75	15	11	4	169		166,03	310	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 гр.	250	8	6	60	327		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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			26	27	92	709				
Итого за день			74	66	341	2237				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						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	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		
Итого за завтрак			23	24	91	662				
завтрак 2	Абрикос 385	385	1		20	88		306,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сырок глазированный	50	2	13	18	191		315		
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			10	13	42	301				
обед	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом цыплят (Д)	500/10	3	7	13	122		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	7	34	217		10,02	214	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			25	29	113	814				
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	1	37	179		229,01	685	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			13	8	57	354				
ужин	Салат из свеклы с маслом растительным	150	2	5	16	115		87	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	картофель отварной с тушенкой (Д)	200	11	9	29	243		288,01		
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			15	14	70	465				
Итого за день			86	88	373	2597				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Итого за день					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		
	Итого за завтрак		15	17	101	610				
завтрак 2	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за завтрак 2		1		44	179				
обед	Борщ сибирский со сметаной (Д)	500/10	8	8	30	223		228,02	113	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Мясо тушеное (Д)	50/75	11	33	4	354		132,01	390	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Каша Гречневая рассыпчатая	150/5	8	5	42	243		240	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		
	Итого за обед		32	47	126	1034				
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Итого за полдник		8	19	25	301				
ужин	Салат из сырых овощей 100гр.	100	1	9	4	100		63,01	24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Батон нарезной из муки в/с32	32	2		17	75		42,04		
	Лимон	7				2		121	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ" 1996год
	Итого за ужин		21	29	75	640				
Итого за день		77	112	371	2765					

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Итого за день					1				
завтрак	Сыр 25гр.	25	5	5		66		23,02	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		200	297	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Масло сливочное	10		6		57		22	22	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Кофе (суррогат)с фруктозой молоком	200	4	4	8	82		342	637	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за завтрак			46	39	68	801				
завтрак 2	Персик	385	3			162		327	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2		3			162				
обед	Суп картофельный с грибами (Д)	500/20	2	7	10	114		192,01	143	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Гуляш (свинина)	50/75	10	27	5	301		16	401	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша рисовая рассыпчатая 200гр.	200/5	5	4	43	231		162,01	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			29	39	113	889				
полдник	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Итого за полдник		8	2	20	135				
ужин	Салат из перца сладкого 100 г.	100	1	3	5	55		173,01	36	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. 75		13	5	3	106		169,01	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша пшениная 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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			26	13	88	577				
Итого за день			112	93	289	2565				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 10										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак	Колбаса в/к	30	5	10		113		73	29	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		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		
	Итого за завтрак			44	42	78	863			
завтрак 2	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	ЧЕРЕШНЯ 385	385	4		47	223		295	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			11		51	245				
обед	Суп из овощей со сметаной с мясом цыплят (Д)	500/10	3	5	15	119		344,01	132	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура отварная	100	22	9	1	178		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное2 (д)	250	4	7	18	151		159,01	487	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			34	22	96	727				
полдник	Вафли диабетические	35	2	14	17	201		231		
	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			8	22	25	329				
ужин	Томаты свежие 100	100	1		4	21		272	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароны отварные с маслом (200)	200/5	7	4	53	274		175,01	273	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Бефстроганов (Д)	50/50	17	17	6	243		225,01	375	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезной из муки в/с 50	50	4		26	117		42		
Итого за ужин			31	21	114	762				
Итого за день			128	107	364	2927				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	№ в источнике	Источник рецептуры
			Б	Ж	У					
День 11										
На день	Соль 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
	Итого за день					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	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		
	Итого за завтрак			24	27	97	715			
завтрак 2	Абрикос 385	385	1		20	88		306,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2		1		20	88				
обед	Борщ холодный со сметаной (Д)	500/15	2	2	13	78		300,02	191	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Поджарка(свинина) (Д)	50/15	10	32	2	335		148,01	376	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Макароньы отварные 180 г.	180	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		
	Итого за обед			25	36	119	879			
полдник	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Печенье диабетическое	35	2	2	12	75		145		
	Итого за полдник			8	7	20	175			
ужин	Салат витаминный (2) (Д) 100 гр.	100	2	5	5	72		70,03	27	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сердце тушеное в соусе Д)	50/75	13	14	4	196		262,01	406	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша перловая отварная рассыпчатая	150	5	4	36	196		141	255	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чай с фруктозой	200/9						206	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за ужин			22	23	70	571			
Итого за день			80	93	326	2429				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Сыр 25гр.	25	5	5		66		23,02	23	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		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		
Итого за завтрак			44	37	78	816				
завтрак 2										
	Вишня 385гр.	385	3		44	189		296,01		
Итого за завтрак 2			3		44	189				
обед										
	Огурец свежий 100	100	1		3	14		273	табл.24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Солянка сборная со сметаной (Д)	500/20/10	6	17	11	224		72,03	204	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Шницель рыбный натуральный	75	24	9	8	204		210	330	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 250 гр.	250	8	6	60	327		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		
Итого за обед			44	33	132	983				
полдник										
	Кефир	200	6		8	60		97	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пряники диабетические	35	3	3	25	138		29		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			9	3	33	198				
ужин										
	Пудинг 75	75	11	11	4	162		11,02	482	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Баклажаны, фаршированные овощами 270г.	270	3	12	22	209		309,01	297	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Чай с фруктозой(1)	200/9						319	628	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 50	50	2		25	107		46		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			16	23	51	478				
Итого за день			116	96	338	2665				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						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	4	4	8	82		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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
Итого за завтрак			23	27	98	716				
завтрак 2	Слива(385)	385	3		38	165		181,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Итого за завтрак 2			3		38	165			
обед	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной) (Д)	500/10	3	7	15	138		212,03	120	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Кура отварная	100	22	9	1	178		116,01	439	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Рагу овощное1 (Д)	250	4	6	21	158		158,01	215	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Чеснок	7			1	7		207	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			41	23	92	717				
полдник	Ряженка	200	6	8	8	128		170	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Конфеты диабет	28	2	11	14	161		61		
Итого за полдник			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	191		142,01	387	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Каша Гречневая рассыпчатая	150/5	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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за ужин			27	23	84	652				
Итого за день			102	92	334	2540				

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 4 гр.	4						338		
	Зелень свежая	2				1		88		
Итого за день						1				
завтрак										
	Яйцо вареное	40				3		2 222	324	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Творожная запеканка с фруктозой(сметаной)	250/20	32	23	10	382		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		
Итого за завтрак			39	32	78	753				
завтрак 2										
	Яблоки 385 гр.	385	1		44	179		217,01	табл24	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Отвар шиповника с фруктозой	200	7		4	22		325,01	652	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за завтрак 2			8		48	201				
обед										
	Суп картофельный с рыбой и перловкой (Д)	500/35	9	5	20	166		34,02	136	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Шницель натуральный рубленый 70	70	10	27	6	304		208,04	413	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Капуста тушеная свежая без сахара (д)	250	6	9	18	174		95,01	210	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Сок томатный	231			12	65		129		
	хлеб 100	100	5	1	50	214		47		
Итого за обед			30	42	106	923				
полдник										
	Бифидум	200	6	5	8	100		36	645	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Пирожок с морковкой	100	6	2	43	213		6	687	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
Итого за полдник			12	7	51	313				
ужин										
	Салат из свеклы с майонезом и чесноком100	100	2	10	10	136		32,01	29	Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	рыба припущенная в молоке с луком 75 гр. 75	75	13	5	3	106		169,01	358	сборник рецептур "Хлебпродинформ"1997год
	Каша перловая отварная рассыпчатая 250 250 гр.	250	8	6	60	327		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		Сборник рецептур "Хлебпродинформ"1996год
	Батон нарезнойиз муки в/с41	41	3		21	96		42,01		
Итого за ужин			28	21	119	772				
Итого за день			117	102	402	2963				

Итого за период	1377	1329	4825	36722
Среднее значение за период	98	95	345	2623
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15	14	53	

Составил Сев М/с диетическая



Костюк И.З.

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)

