

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор КВД"
 В.С. Кабушка



Понедельник ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша гречневая молочная с сахаром	200	9,13	8,98	40,78	280,46
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями вегет.	250	2,76	2,235	20,4	112,77
Кнели мясные паровые	85	18,23	13,67	4,87	215,4
Картофельное пюре с растительным маслом	200	4,34	6,66	29,94	197,06
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Суфле из отварной рыбы	100	17,44	5,29	4,96	137,2
Овощи тушеные без картофеля	200	4,31	10,14	15,21	169,3
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		74,29	65,74	281,47	2018,35
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор. ЯВД"
 В.С. Кабушка



Вторник ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная с сахаром	200	8,58	8,98	42,98	287
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2Й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Щи из свежей капусты вегетарианские	250	2,7	3,27	13,14	92,85
Суфле из отварного мяса 1/2 порции	43	8,63	6,21	2,39	99,97
Морковное пюре со сливочным маслом	155	2,21	4,3	16,44	96,1
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Индейка отварная	50	9,85	5,45	0	89,5
Картофельное пюре со сливочным маслом	200	4,32	1,92	27,96	146,4
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		54,37	48,89	268,22	1717,98
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор КВД"
 Я.С. Кабушка

Среда ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая молочная с сахаром	200	7,98	8,83	38,63	265,91
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Сыр (российский)	40	9,2	11,6	0	141,2
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Суп перловый с овощами вегетарианский (1/2п)	250	1,91	3,32	13,25	90,6
Биточки мясные паровые	50	8,12	4,44	4,34	89,8
Вермишель отварная 120г.	120	4,2	4,07	27,95	165,2
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Суфле творожное с сахаром	223	31,16	20,01	30,30	425,9
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		80,65	71,03	279,78	2084,77
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор НВД"
 И.С. Кабушка



Четверг ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром	235	6,33	7,83	45,43	277,5
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,01	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Борщ вегетарианский с картофелем и со сметаной(1/2п.)	250	2,21	6,14	11,28	109,8
Фрикаделька мясная паровая (1/2 порции)	50	8,63	3,08	3,85	85,92
Картофельное пюре со сливочным маслом	200	4,32	1,92	27,96	146,4
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Котлета рыбная паровая	100	15,24	6,71	9,54	159,5
Морковь отварная с растительным маслом	105	1,39	5,11	7,7	82,3
Зеленый горошек	100	5,00	5,2	12,8	118,00
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,01	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		61,2	54,75	283,87	1885,58
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю

Главный врач

СПб ГБУЗ "Гор КВД"

Я.С. Кабушка

Пятница ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводь	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша кукурузная вязкая молочная	220	7,81	8,05	54,73	322,6
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Суп вегетарианский с вермишелью 1/2 порции	250	2,94	4,96	19,37	133,88
Запеканка картофельная с мясом	230	20,38	17,21	34,22	374,1
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Индейка отварная	50	9,85	5,45	0	89,5
Свекольное пюре с растительным маслом	155	2,52	5,17	15,29	177,7
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		61,58	59,6	288,92	2003,94
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор КВД"
 Я.С. Кабушка

Суббота ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводь	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная с сахаром	200	8,58	7,98	41,28	271,26
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Суп из сборных овощей вегет.со сметаной(1/2п)	250	2,01	6,14	8,61	97,7
Рулет мясной	105	17,66	10,35	7,34	193,1
Морковное пюре в молочном соусе с растит. маслом	180	3,28	6,16	15,18	144,4
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Кнели рыбные отварные	100	15,31	12,21	4,67	139,59
Овощи припущенные с растительным маслом	190	1,73	8,74	13,55	139,7
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого					
		66,65	70,34	255,94	1891,9
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Гор КВД"
 Я.С. Кабушка



Воскресенье ОВД дети 3-7

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,4	0,45	22,90	110
Батон обогащенный	80	5,76	2	39,6	202,4
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная с сахаром	200	7,3	3,79	39,53	221,4
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
2й ЗАВТРАК					
Яблоко свежее (1 шт.)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,4
ОБЕД					
Суп гороховый вегетарианский (1/2порции)	250	7,95	4,81	21,97	162,9
Котлета мясная запеченая	50	8,1	3,69	4,375	83,1
Картофельное пюре со сливочным маслом	200	4,35	6,05	28	183,8
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	100	0,5	0,00	11,7	48,8
Печенье 1(шт)	20	1,5	2,26	14,88	86,73
УЖИН					
Запеканка творожная с сахаром	204	30,94	18,41	30,04	409,61
Чай с сахаром	200	0,1	0	15,005	60,42
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		76,72	55,51	289,23	1966,97
мед.сестра диетическая /Белоусова Е.В./					