

Утверждаю
Главный врач
СПб ГБУЗ "Гор КВД"

Я.С. Кабушка



Понедельник ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
ЗАВТРАК					
Каша гречневая молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	15,44	11,46	24,8	259,33
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Рассольник на к/б со сметаной	500	4,01	6,9	33,95	217,6
Кнели мясные паровые	85	18,23	13,67	4,87	215,4
Каша пшеничная рассыпчатая	200	9,28	8,29	50,61	314,1
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					
УЖИН					
Рыба отварная	100	16,8	0,63	0	72,87
Овощи, тушеные без картофеля	200	4,31	10,14	15,21	169,3
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		92,33	75,39	231,20	1976,73
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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

Вторник ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	58,70	330
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	15,74	11,62	30,42	284,93
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Щи из свеж.капусты без картофеля на к/б со сметой	400	4,14	9,00	12,97	149,6
Котлета мясная запеченная	100	16,17	7,39	8,75	166,2
Овощи припущенные с растительным маслом	190	1,73	8,74	13,55	139,7
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					
УЖИН					
Индейка отварная	100	19,7	10,90	0	179
Картофельное пюре со сливочным маслом	200	4,32	1,92	27,96	146,4
Чай без сахара	200	0,2	0,00	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
Итого		79,16	65,17	195,46	1688,06
медицинская сестра диетическая /Белюсова Е.В./					

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



Среда ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углево.	энер.цен
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
ЗАВТРАК					
Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая со смесью белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	15,36	12,18	25,97	270,33
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
Сыр (российский)	40	9,2	11,6	0	141,2
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп рыбный с перловой крупой без картофеля	400	13,99	5,68	16	171,08
Биточки мясные паровые	100	16,22	7,43	8,66	166,39
Капуста свежая тушеная	200	4,67	8,04	15,79	154,2
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					
УЖИН					
Сосиски	100	11	23,90	1,6	265,5
Рагу из овощей	206	5,11	10,46	26,94	222,34
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		92,91	94,89	196,72	2013,3
<i>(Handwritten signature)</i>					
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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



Четверг ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	15,74	11,62	30,47	284,93
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Борщ вегетарианский без картофеля со сметаной	500	4,55	2,1	17,49	107,06
Рулет мясной	105	17,66	10,35	7,34	193,1
Картофельное пюре с растительным маслом	200	4,34	6,66	29,94	167,06
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68

Полдник					
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	0,2	12,8	73,00
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		81,28	58,35	217,04	1689,2
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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


Пятница ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	88,70	330
ЗАВТРАК					
Каша кукурузная молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	16,44	11,2	46,02	346,33
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп фасолевый на к/б без картофеля	500	16,27	11,6	38,4	322,6
Картофель тушеный с мясом	245	18,86	14,6	31,44	332,4
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					
УЖИН					
Голубцы ленивые со сметаной	240	21	18,57	25,25	352,1
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		89,93	71,6	242,87	1975,66
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПБТБМЗ "Гор КВД"
 Я.С. Кабушка

Суббота ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	205	15,59	10,99	31,07	281,03
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп из сборных овощей вегетарианский без картофеля	500	3,36	7,11	10,72	120,3
Бефстроганов из отварного мяса	107	15,64	13,45	3,74	198,57
Каша гречневая рассыпчатая	155	9,1	6,51	44,75	273,99
Компот из сухофруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					

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 без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого					
		84,99	83,31	210,26	1881,31
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./ 					

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

Воскресенье ОВД (9)

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энерген
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 24,5г со сливочным маслом	205	16,49	12,22	36,65	318,01
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп гороховый вегетарианский	500	15,61	11,61	43,61	341,4
Рагу из овощей с мясом	250	18,45	15,64	21,23	299,4
Компот из сух. фруктов без сахара	200	0,48	0	9,69	40,68
Полдник					
УЖИН					
Запеканка творожная без сахара	191	30,94	18,41	15,07	349,7
Чай без сахара	200	0,2	0	0,07	1,08
21.00					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		98,85	73,48	218,32	1931
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					