

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

Понедельник ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводн	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
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	0,2	0,00	15,04	60,96
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями вегетар.	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)	200	1,00	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
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 с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		94,475	73,12	380,92	2571,84
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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

Вторник ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная 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	0,2	0,00	15,04	60,96
Яйцо вареное 1 шт.	40	5,00	4,60	0,28	62,52
2Й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Щи из свежей капусты вегетарианские	250	2,7	3,27	13,14	92,85
Бифштекс натуральный рубленый запеченный	70	18,4	9,02	0	154,7
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)	200	1,00	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
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 с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого					
		92,915	65,09	370,52	2436,65
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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

Среда ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
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
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
Сыр (российский)	40	9,2	11,6	0	141,2
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп рыбный с перловой крупой и картофелем	250	8,35	3,13	18,9	137,15
Биточки мясные паровые	100	16,22	7,43	8,66	166,39
Макароны отварные с овощами	185	5,99	7,85	39,42	252,3
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	200	1,00	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
УЖИН					
Суфле творожное с сахаром	223	31,16	20,01	30,3	425,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		110,91	80,95	405,63	2806,93
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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



Четверг ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
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	0,2	0,00	15,04	60,96
Омлет натуральный запеченый	75	6,25	5,8	2,08	85,6
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Борщ вегетарианский с картофелем и со сметаной 1/2п.	250	2,21	6,14	11,28	109,8
Рулет мясной	105	17,66	10,35	7,34	193,1
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)	200	1	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
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	5,2	12,8	118,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
2й ЗАВТРАК					
Итого		90,41	71,16	393,85	2590,28
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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

Пятница ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
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	0,2	0,00	15,04	60,96
Яйцо вареное 1 шт.	40	5,00	4,60	0,28	62,52
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп вегетарианский с вермишелью 1/2 порции	250	2,94	4,96	19,37	133,88
Картофель тушеный с мясом	245	18,86	14,64	31,44	332,4
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1

Полдник					
Сок яблочный (1шт)	200	1	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
УЖИН					
Индейка отварная	100	19,7	10,90	0	179
Свекольное пюре со сливочным маслом	155	2,55	4,3	15,33	110,2
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		88,87	69,55	390,87	2558,68
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю
 Главный врач
 СПб ГБУЗ "Фор КВД"
 _____ Я.С. Кабушка

Суббота ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
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	0,2	0,00	15,04	60,96
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп из сборных овощей вегет.со сметаной(1/2порц)	250	2,01	6,14	8,61	97,7
Бефстроганов из отварного мяса	107	15,64	13,45	3,74	198,57
Макароны запеченные с яйцом	230	12,07	14,03	39,7	333,3
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
Полдник					
Сок яблочный (1шт)	200	1	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
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	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		94,25	93,35	381,27	2704,1
медицинская сестра диетическая /Белюсова Е.В./					

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

Воскресенье ОВД дети 12 лет и старше

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводь	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	120	8,16	1,08	54,96	264
Батон обогащенный	200	14,4	5,00	99	506,00
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная с сахаром	200	7,3	3,79	39,53	221,40
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
Омлет натуральный запеченый	75	6,25	5,8	2,08	85,6
2й ЗАВТРАК					
Фрукты свежие (яблоки) 1шт	1/150	0,6	0,6	14,7	70,5
ОБЕД					
Суп гороховый вегетарианский 1/2порции	250	7,95	4,81	21,97	162,9
Котлета мясная запеченая	100	16,18	9,04	8,77	181,16
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)	200	1	0	23,4	97,6
Печенье (1 шт)	15	1,125	1,77	11,16	65,07
УЖИН					
Запеканка творожная с сахаром	204	30,94	18,41	30,04	409,61
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,04	60,96
21.00					
Кефир (1 шт)	200	5,6	6,4	8,4	112,8
Итого		104,98	70	400,11	2662,55
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					