

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

## Понедельник ОВД

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	эн.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
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
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
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
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	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,4	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>98,35</b>	<b>77,51</b>	<b>332,92</b>	<b>2432,37</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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

## Вторник ОВД

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер/цен
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшеничная 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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,60	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Щи из свежей капусты вегетарианские	500	5,4	6,54	26,32	185,74
Плов	220	18,29	19,44	44,79	427,28
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1

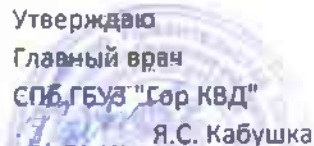
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
Индейка отварная	100	19,7	10,90	0	179
Картофельное пюре со сливочным маслом	200	4,32	1,92	27,96	146,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>91,77</b>	<b>69,77</b>	<b>353,69</b>	<b>2418,26</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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


## Среда ОВД

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
Сыр (российский)	40	9,2	11,6	0	141,2
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Суп перловый с овощами вегетарианский	400	3,8	7,52	26,47	188,76
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
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
Сосиски	100	11	23,90	1,6	265,5
Рагу из овощей	206	5,11	10,46	26,94	222,34
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>95</b>	<b>100,29</b>	<b>353,21</b>	<b>2701,73</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю  
Главный врач  
СПБ, ГБУЗ "Сор КВД"  
Я.С. Кабушка



## Четверг ОВД

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша рисовая молочная вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27г со сливочным маслом	230	15,79	11,13	47,52	348,83
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Борщ вегетарианский с картофелем и со сметаной	500	4,43	12,29	22,56	218,57
Рулет мясной	105	17,66	10,35	7,34	193,1
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
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
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	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>92,18</b>	<b>76,19</b>	<b>359,61</b>	<b>2499,01</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./ 					

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



**Пятница ОВД**

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>2Й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Суп вегетарианский с вермишелью	500	5,87	10,9	38,75	276,7
Картофель тушеный с мясом	245	18,86	14,6	31,44	332,4
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1

<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
Голубцы ленивые со сметаной	240	21	18,57	25,25	352,1
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>90,49</b>	<b>74,71</b>	<b>365,61</b>	<b>2502,44</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

Утверждаю

Главный врач

СПБ ГБУЗ "Гор КВД"

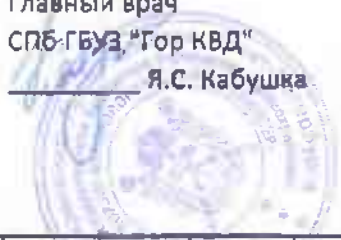
Я.С. Кабушка



## Суббота ОВД

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
Сыр (российский)	30	6,9	8,7	0	105,9
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Суп из сборных овощей вегетарианский со сметаной	500	3,38	12,26	15,03	183,98
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
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
Кнели рыбные отварные	100	15,31	12,21	4,67	139,59
Овощи припущенные с растительн.маслом	190	1,73	8,74	13,55	139,7
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>					
		<b>98,94</b>	<b>99,73</b>	<b>331,91</b>	<b>2576,98</b>
медицинская сестра диетическая /Белоусова Е.В./					

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



**Воскресенье ОВД**

Наименование блюда	выход	белки	жиры	углевод	энер.цен.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	150	10,2	1,35	68,70	330
Батон обогащенный	150	10,8	3,75	74,25	379,5
<b>ЗАВТРАК</b>					
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 с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>2й ЗАВТРАК</b>					
Фрукты свежие (яблоки) 1 шт.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
<b>ОБЕД</b>					
Суп гороховый вегетарианский	500	15,61	11,61	43,61	341,37
Рагу из овощей с мясом	250	18,45	15,64	21,23	299,4
Компот из сухофруктов с сахаром	200	0,64	0	27,89	114,1
<b>Полдник</b>					
<b>УЖИН</b>					
Запеканка творожная с сахаром	204	30,94	18,41	30,04	409,61
Чай с сахаром	200	0,2	0	15,04	60,96
<b>21.00</b>					
Кефир 1 шт	200	5,6	6,40	8,4	112,8
<b>Итого</b>		<b>109,8</b>	<b>77,23</b>	<b>355,68</b>	<b>2563,3</b>
медицинская сестра диетическая /Белюсова Е.В./					