

Утверждаю



Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г.Дейбук
30.12.2021

М Е Н Ю суточный стационар **ПОНЕДЕЛЬНИК**

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша гречневая вязкая с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 18 г с растительным маслом	200/10	9,1	14,1	17,5	233
Сыр (порции I вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Кофе с молоком	200	2,9	3,2	4,7	58,8
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		13,33	11,96	32,22	453,4
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	200	5,80	6,40	8,00	112,80
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		6,29	6,4	20,76	166,1
Обед					
Салат из белокочанной капусты	75	1,2	3,8	6,9	65
Суп из овощей со сметаной и зеленью петрушки	250/10/3	2,16	5,81	10,38	101,47
Биточки паровые	75	11,5	8,8	7,4	153
Свекольное пюре	165	2,63	5,17	15,01	117,03
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		20,15	24,22	59,37	545,5
Ужин					
Рыба (треска) припущенная со свежей зеленью	75/5	14,75	5,56	0,38	110,2
Рагу из овощей с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 9 г	160	6,4	7,1	18,1	162
Чай (порционный)	200	0	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		23,22	13,03	28,8	327,8
Второй ужин					
Соки фруктовые или ягодные, натуральные (яблочный)	200	1	0	21,2	88
Фрукты свежие (апельсины)	150	0,35	0,30	12,15	64,50
Итого за прием пищи:		1,35	0,3	33,35	152,5
Итого за 1-й день		64,24	58,75	174,29	1669,6

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская

Утверждаю



Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г.Дейбук
30.12.2021

М Е Н Ю суточный стационар СРЕДА

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Фрикаделька мясная паровая	50	8,27	3,79	4,27	84,32
Капуста белокочанная тушеная с добавлением смеси белковой композитной (СБКС) 9 г	150	7,01	6,99	12,4	141,38
Сыр (порции 1 вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Кофе с молоком	200	2,9	3,2	4,7	58,8
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		28,61	22,74	31,39	446,1
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	200	5,80	6,40	8,00	112,80
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		6,29	6,4	20,76	166,1
Обед					
Салат из свеклы с растительным маслом	75	1,00	11,09	5,97	126,85
Суп рисовый с овощами вегетарианский	250	1,19	3,18	10	73,74
Мясо отварное	50	16,31	7,95	0,23	137,73
Овощи припущенные (капуста б/к) , с маслом растительным	100/5	2,05	6,3	5,3	86
Сок томатный (консервы)	200	2,00	0,2	5,8	36
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		24,53	29,08	37,32	512,52
Ужин					
Суфле из моркови с творогом паровое со сметаной	205/20	15,91	14,19	21,22	280,37
Чернослив порциями	75	0,86	0,26	21,56	96
Чай	200	0,00	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		18,84	14,82	53,1	431,97
Второй ужин					
Соки фруктовые или ягодные, натуральные (яблочный)	200	1,00	0	21,2	88
Фрукты свежие (груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50
Итого за прием пищи:		1,60	0,45	36,65	158,5
Итого за 3-й день		78,87	73,49	158,02	1628,39

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская

Утверждаю



Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г. Дейбук
30.12.2021

М Е Н Ю суточный стационар ЧЕТВЕРГ

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Капуста тушеная с отварным мясом	220	18,78	14,39	13,76	263,23
Чай (порционный)	200	0	0	0	0
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		20,76	14,75	23,78	315,43
Второй завтрак					
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		1,17	0,28	22,42	110,1
Обед					
Салат из белокочанной капусты	75	1,2	3,8	6,9	65
Борщ со сметаной с зеленью петрушки	250/10/3	1,86	5,51	10,38	98,47
Котлеты натуральные из филе курицы (припущенные), соус томатный	70/20	20,66	5,6	1,81	143
Овощи тушеные с добавлением смеси белковой композитной (СБКС) 24 г	160	10,48	8,98	17,33	192
Компот из смеси сухофруктов	200	0,64	0	26,7	109,4
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		36,82	24,25	73,14	660,07
Ужин					
Котлеты морковные запеченные с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 10г	180	9,4	9,49	32,62	254,45
Сыр (порции 1 вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Чай	200	0	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Молоко кипячёное	200	5,8	6,4	9,4	120
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		19,92	18,26	42,94	419,45
Второй ужин					
Соки фруктовые или ягодные, натуральные (апельсиновый)	200	1,4	0	25,6	108
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за прием пищи:		2,75	0,15	40,3	178,5
Итого за 4-й день		87,22	64,09	211,98	1803,55

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А. Тимофеева

В.И. Езерская



Утверждаю

Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г.Дейбук
30.12.2021

М Е Н Ю суточный стационар ПЯТНИЦА

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Омлет натуральный запеченый с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 28 г	110	20,75	14,44	11,21	252,95
Сыр (порции 1 вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Чай с молоком	150/50	1,45	1,6	2,35	29,6
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		32,63	24,8	23,58	444,15
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	200	5,80	6,40	8,00	112,80
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		6,29	6,4	20,76	166,1
Обед					
Икра из кабачков (консервы) (1 вариант)	75	1	4,1	6,8	67,00
Суп из овощей с мясными фрикадельками с зеленью петрушки	250/25/3	7,26	7,41	10,28	135,47
Тефтели из говядины (паровые)	75	6,88	13,57	7,5	178,64
Морковь тушеная с добавлением смеси белковой композитной (СБКС) 24 г	200	12,1	10	21	222
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		29,9	35,72	65,26	712,11
Ужин					
Котлеты из говядины рубленые	75	13	11,9	7,8	188
Овощи тушеные под сметанным соусом	155	3,4	10,23	11,95	155,19
Чай	200	0	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Молоко кипяченое (3 вариант)	200	5,8	6,4	9,4	117,6
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		24,27	28,9	39,47	516,39
Второй ужин					
Соки фруктовые или ягодные, натуральные (яблочный)	200	1	0	21,2	88
Фрукты свежие (апельсины)	150	0,35	0,30	12,15	64,50
Итого за прием пищи:		1,35	0,3	33,35	152,5
Итого за 5-й день		94,87	98,7	181,4	2013,5

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская

Утверждаю

Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г.Дейбук
30.12.2021



М Е Н Ю суточный стационар СУББОТА

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Запеканка творожная без сахара с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 9 г (III вариант)	95	21,75	12,11	11,74	245,87
Чернослив порциями	75	0,86	0,26	21,56	96
Чай (порционный)	200	0	0	0	0
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		24,59	12,73	43,32	394,07
Второй завтрак					
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,8
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		1,17	0,28	22,42	110,1
Обед					
Салат из свеклы с растительным маслом	75	1	11,09	5,97	126,85
Суп рисовый с овощами вегетарианский	250	1,19	3,18	10	73,74
Шницель из говядины рубленый	50	8,67	7,93	5,2	125,3
Морковь тушеная с зеленым горошком	105	1,95	5,14	7,19	83,7
Сок томатный (консервы)	200	2	0,2	5,8	36
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		16,79	27,9	44,18	497,79
Ужин					
Рыба, припущенная в молоке (треска)	150	21,3	12,3	5,1	216
Картофель печеный (1 вариант)	90	2,12	5,41	17,28	126,62
Сыр (порции 1 вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Чай	200	0	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		33,94	26,48	32,7	507,62
Второй ужин					
Сок плодовый или ягодный, натуральный (черносмородиновый)	200	1	0	15,8	68
Фрукты свежие (груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50
Итого за прием пищи:		1,6	0,45	31,25	138,5
Итого за 6-й день		78,09	67,84	173,87	1648,08

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская

Утверждаю

Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»

А.Г.Дейбук
30.12.2021



М Е Н Ю суточный стационар ВОСКРЕСЕНЬЕ

Низкокалорийная диета (НКД) диабет

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Омлет натуральный, фаршированный зеленым горошком, с добавлением смеси белково-композитной сухой (СБКС) 9 г (II вариант)	100	10,71	10,61	7,01	164,6
Сыр (порции 1 вариант)	30	8,45	8,4	0	109,4
Чай (порционный)	200	0	0	0	0
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		21,14	19,37	17,03	326,2
Второй завтрак					
Кефир	210	5,88	6,72	8,61	118,65
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0	12,76	53,3
Итого за прием пищи:		6,37	6,72	21,37	171,95
Обед					
Щи из свежей капусты со сметаной с зеленью петрушки	250/10/3	2,36	5,81	7,48	90,47
Мясо отварное	50	16,31	7,95	0,23	137,7
Пюре из кабачков	150	1,8	7,8	10,9	120
Сок яблочный (консервы)	200	1	0,2	20,2	92
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		23,45	22,12	48,83	492,37
Ужин					
Котлеты рубленные из курицы	70	14,14	9,1	7,42	166,6
Капуста тушеная с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 24 г	200	12,8	5	17,8	168
Чай	200	0	0	0	0
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,3	3,4
Молоко кипячёное (3 вариант)	200	5,8	6,4	9,4	117,6
Хлеб ржаной (II вариант)	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Итого за прием пищи:		34,81	20,87	44,94	507,8
Второй ужин					
Соки фруктовые или ягодные, натуральные (яблочный)	200	1	0	21,2	88
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за прием пищи:		2,75	0,15	35,9	158,5
Итого за 7-й день		88,52	69,23	168,07	1656,82

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская