

Утверждаю

Главный врач СПб ГБУЗ
«Гериатрическая больница №1»



А.Г. Дейбук
30.12.2021

М Е Н Ю суточный стационар **ПОНЕДЕЛЬНИК**

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша гречневая молочная вязкая с сахаром с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 28,5 г	200	17,45	9,73	32,52	282,29
Кофе с молоком и сахаром	200/15	2,90	3,20	19,67	118,65
Хлеб пшеничный (V вариант) 1/2 порция	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Яйцо куриное вареное	1шт/40	5,08	4,60	0,28	62,80
Итого за прием пищи:		31,13	18,13	89,37	639,99
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	180	5,22	5,76	7,20	101,52
Итого за прием пищи:		5,40	1,80	7,20	66,60
Обед					
Салат из свежей капусты и моркови	135/3	3,52	5,20	11,84	110,45
Суп картофельный с горохом с зеленью укропа	250/3	6,28	4,72	21,69	156,20
Биточки мясные паровые	75	11,50	8,80	7,40	153,00
Рис отварной рассыпчатый	200	4,89	5,37	51,21	272,74
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	12,65	68,77
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		37,77	23,17	154,89	994,17
Ужин					
Салат из свёклы с заправкой	150	1,95	11,10	12,75	159,00
Рыба, запеченная в сметанном соусе	75/35	12,10	12,00	16,90	225,00
Картофельное пюре	200	4,37	6,65	29,94	197,39
Кефир 3,2-% жирности (I вариант) (1/2 порция)	100	2,90	3,20	4,00	56,40
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	31,98	152,75
Итого за прием пищи:		26,35	33,48	105,85	833,84
Второй ужин					
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0,00	12,76	53,30
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:		0,49	0,00	12,76	53,30
Итого за 1-й день		101,14	76,60	368,34	2587,90

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 **ВТОРНИК**

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша пшённая вязкая с яблоками с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 27 г	200	11,60	9,28	26,48	235,20
Сыр (порции II вариант)	50	11,60	14,75	0,00	182,00
Чай с молоком	150/50/15	1,60	1,60	17,40	90,00
Хлеб пшеничный (V вариант) 1/2 порция	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		30,50	26,23	80,78	683,45
Второй завтрак					
Фрукты свежие (апельсины)	150	0,35	0,30	12,15	64,50
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,80
Итого за прием пищи:		1,03	0,58	21,81	121,30
Обед					
Морковь отварная с растительным маслом	140	1,95	5,14	10,35	97,50
Суп из овощей со сметаной с зеленью петрушки	250/10/3	2,16	5,81	10,38	101,47
Котлеты мясные паровые	70	11,72	5,43	5,17	116,49
Макаронные изделия отварные	200	7,61	5,44	48,56	273,70
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	35,40	144,00
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		33,94	23,62	159,96	994,16
Ужин					
Сельдь с винегретом овощным (I вариант)	30/150	7,35	17,55	11,10	235,50
Картофель отварной, с зеленым луком на растительном масле	125/5/10	2,71	5,52	21,35	146,28
Булочка с изюмом печеная	50	3,66	3,75	24,07	144,72
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	31,98	152,75
Итого за прием пищи:		18,75	27,35	98,78	722,55
Второй ужин					
Сок томатный (консервы)	200	2,00	0,20	5,80	36,00
Итого за прием пищи:		2,00	0,20	5,80	36,00
Итого за 2-й день		86,22	77,98	367,13	2557,46

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

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 28,5 г	200	16,40	9,20	40,44	305,19
Колбаса вареная (порциями)	40	5,50	9,10	0,00	104,00
Кофе с молоком и сахаром	200/15	2,90	3,20	19,67	118,65
Хлеб пшеничный (V вариант) (1/2 порция)	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		30,50	22,10	97,01	704,09
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	180	5,22	5,76	7,20	101,52
Итого за прием пищи:		5,40	1,80	7,20	66,60
Обед					
Салат из свеклы с черносливом	100	1,80	3,00	20,10	114,00
Суп картофельный с крупой с рыбой с зеленью петрушки	250/25/3	7,71	2,68	23,03	147,47
Гуляш из отварного мяса	50/65	17,06	13,00	5,00	205,87
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,40	59,40	376,00
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
Кисель из кураги (густой)	200	1,00	0,00	45,80	187,00
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		48,87	30,88	203,43	1291,34
Ужин					
Картофель, запеченный в молочном соусе с укропом	250/5	6,93	20,42	35,43	357,20
Зеленый горошек (консервированный)	75	2,33	0,15	4,88	30,15
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	31,98	152,75
Итого за прием пищи:		14,29	21,10	82,57	583,40
Второй ужин					
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0,00	12,76	53,30
Итого за прием пищи:		0,49	0,00	12,26	53,30
Итого за 3-й день		99,55	75,88	402,47	2698,73

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

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая с сахаром с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 28,5 г	200	17,37	10,45	33,70	293,29
Сыр (порциями)	50	13,33	13,67	0,00	180,00
Чай с вареньем (из черной смородины)	200/20	0,30	0,00	13,30	54,00
Хлеб пшеничный (V вариант) 1/2 порция	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		36,70	24,72	83,90	703,54
Второй завтрак					
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,80
Итого за прием пищи:		1,28	0,88	24,36	127,30
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком	100	3,60	4,60	11,50	103,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с зеленью петрушки	250/10/3	2,16	5,51	13,38	111,47
Котлеты натуральные из филе птицы (припущенные), соус молочный	75/35	22,67	7,38	3,20	172,65
Рис отварной рассыпчатый	200	4,89	5,37	51,21	272,74
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	35,40	144,00
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		43,82	24,66	164,79	1064,86
Ужин					
Салат из свежей капусты и моркови с зеленью укропа	135/5	3,52	5,20	11,84	110,45
Запеканка картофельная с говядиной	250	27,24	17,07	40,30	424,44
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	32,00	152,75
Итого за прием пищи:		35,79	22,80	94,42	730,94
Второй ужин					
Сок томатный (консервы)	200	2,00	0,20	5,80	36,00
Итого за прием пищи:		2,00	0,20	5,80	36,00
Итого за 4-й день		119,59	73,26	373,27	2662,64

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**

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Каша манная молочная вязкая с сахаром с добавлением смеси белковой композитной сухой (СБКС) 28,5 г	200	17,39	9,20	39,42	305,19
Колбаса вареная (порциями)	40	5,50	9,10	0,00	104,00
Чай с молоком	150/50/15	1,60	1,60	17,40	90,00
Хлеб пшеничный (V вариант) 1/2 порция	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		30,19	20,50	93,72	675,44
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	180	5,22	5,76	7,20	101,52
Итого за прием пищи:		5,40	1,80	7,20	66,60
Обед					
Икра кабачковая	100	1,30	5,40	9,10	90,00
Суп картофельный с крупой рисовой и фрикадельками мясными с зеленью петрушки	250/25/3	8,26	5,61	23,28	176,47
Котлета мясная паровая	100	17,32	7,92	14,58	199,38
Рагу из овощей	200	4,24	18,51	20,86	268,24
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	12,65	68,77
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		41,70	39,52	130,57	1063,86
Ужин					
Винегрет овощной с зеленым луком (1 вариант)	100	1,50	10,10	6,60	124,00
Фрикадельки куриные, соус молочный	75/75	14,73	8,65	12,68	184,75
Макаронные изделия отварные	200	7,61	5,44	48,56	273,70
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	31,98	152,75
Итого за прием пищи:		28,87	24,72	110,10	778,50
Второй ужин					
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0,00	12,76	53,30
Пирожки с капустой печёные	50	3,71	3,77	18,32	122,00
Итого за прием пищи:		4,20	3,77	31,08	175,3
Итого за 5-й день		110,36	90,31	372,67	2759,70

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

Основной вариант диеты (ОВД)

Завтрак	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Ккал
Сырники из творога (запеченные) с джемом (раст масло)	150/10	22,80	12,40	41,08	367,08
Молоко кипяченое	200	5,90	6,80	9,90	123,00
Изюм (порционно)	75	1,08	0,24	30,93	132,07
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Хлеб пшеничный (V вариант)	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		35,48	20,04	128,79	838,30
Второй завтрак					
Фрукты свежие (груши)	150	0,60	0,45	15,45	70,50
Отвар шиповника	200	0,68	0,28	9,66	56,80
Итого за прием пищи:		1,28	0,73	25,11	127,30
Обед					
Салат из свеклы с зеленым горошком и растительным маслом	100	1,44	6,40	7,94	95,60
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью петрушки	250/10/3	1,36	6,01	18,18	142,47
Голубцы с мясом и рисом, соус белый основной со сметаной, с зеленью с добавлением смеси белковой композитной (СБКС) 18 г	260	26,72	20,48	21,96	379,00
Кисель из сока яблочного	200	0,20	0,00	38,20	160,00
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		39,62	34,69	136,38	1038,07
Ужин					
Салат зеленый (с заправкой)	150	1,80	14,85	3,15	154,50
Котлета мясная паровая	100	17,32	7,92	14,58	199,38
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,40	10,40	59,40	376,00
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	32,00	152,75
Итого за прием пищи:		35,55	33,70	119,41	925,93
Второй ужин					
Соки плодовые или ягодные, натуральные (яблочный)	210	1,05	0,00	22,26	92,40
Итого за прием пищи:		2,00	0,20	5,80	36,00
Итого за 6-й день		113,93	89,36	415,49	2962,60

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

Основной вариант диеты (ОВД)

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
Морковь тушеная с зеленым горошком	205	3,81	10,04	14,04	163,41
Чай с молоком	150/50/15	1,60	1,60	17,40	90,00
Хлеб пшеничный (V вариант) 1/2 порции	75	5,70	0,60	36,90	176,25
Итого за прием пищи:		31,86	26,68	79,55	682,61
Второй завтрак					
Кефир 3,2-% жирности (I вариант)	180	5,22	5,76	7,20	101,52
Итого за прием пищи:		5,40	1,80	7,20	66,60
Обед					
Икра морковная	100	2,20	7,50	11,50	123,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с зеленью петрушки	250/10/3	2,36	5,81	10,67	104,47
Шницель рыбный натуральный	75	13,05	8,63	1,35	135,00
Картофельное пюре	200	4,37	6,65	29,94	197,39
Кисель из плодов шиповника	200	0,20	0,00	35,80	144,00
Хлеб ржаной (II вариант)	150	9,90	1,80	50,10	261,00
Итого за прием пищи:		32,08	30,39	139,36	964,86
Ужин					
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,57	3,90
Тефтели из говядины с рисом (паровые)	100	9,60	8,51	8,45	149,14
Капуста тушеная (из свежей) с зеленью укропа	200/5	4,93	9,03	21,92	188,00
Чай с сахаром	200/10	0,00	0,00	9,98	39,90
Лимон (порциями)	10	0,09	0,01	0,30	3,40
Хлеб пшеничный (V вариант)	65	4,94	0,52	32,00	152,75
Итого за прием пищи:		19,80	18,10	73,22	537,09
Второй ужин					
Яблоки печеные (без сахара)	105	0,49	0,00	12,76	53,30
Итого за прием пищи:		0,49	0,00	12,26	53,30
Итого за 7-й день		89,63	76,97	311,59	2296,83

Заведующий отделением

Главная медицинская сестра

Е.А.Тимофеева

В.И.Езерская