Согласовано

Заместитель главного врача
по лечебной работе СПб ГБУЗ
«Городская больница
Святого Великомученика
Георгия»

_____ Иванов И.Г.

Утверждаю

Главный врач СПб ГБУЗ
«Городская больница
Святого Великомученика
Георгия»

_____ Стрижелецкий В.В.

СЕМИДНЕВНОЕ МЕНЮ

(для отделений круглосуточного стационара)

2023 год

СПб ГБУЗ «Городская больница Святого Великомученика Георгия»

Диета: ВБД(б)

Сезон: Лето-осень

Составил: Медицинская сестра диетическая _____ Кланюк О.З

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготовляемых блюд

Рацион Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** понедельник

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У									
1	2	3	4	5	6	7								
На день														
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша геркулесовая молочная вязкая с БКС9г	205	10	10	26	239								
	Чай без сахара	200												
	Сыр	25	6	7		91								
Итого за завтрак			**16**	**17**	**26**	**330**								
Второй завтрак														
	Омлет натуральный паровой	60	6	6	2	81								
Итого за второй завтрак			**6**	**6**	**2**	**81**								
обед														
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	400	4	6	18	141								
	Бульон мясной	360				88								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
	Кура тушеная в соусе		16	23	8	302								
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
Итого за обед			**31**	**42**	**103**	**993**								
полдник														
	Морс брусничный с ВМК	200			12	49								
	Печенье б/с	25	2	2	19	104								
Итого за полдник			**2**	**2**	**31**	**153**								
ужин														
	Отвар шиповника б/с с ВМК	200			15	60								
	Винегрет овощной	230	4	10	17	177								
	Рыба отварная с маслом	95	25	13		214								
Итого за ужин			**29**	**23**	**32**	**451**								
Итого за день			**97**	**92**	**261**	**2356**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** вторник
Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшеничная молочная вязкая с БКС 27 г.без сахара	200	16	11	31	281								
	Какао с молоком без	200	4	3	5	68								
	Ветчина из индейки	35	4	4	2	62								
Итого за завтрак			**24**	**18**	**38**	**411**								
Второй завтрак														
	Мясная запеканка с овощами	125	21	16	8	256								
Итого за второй завтрак			**21**	**16**	**8**	**256**								
обед														
	Рассольник на мясном бульоне	400	4	5	27	173								
	Бульон мясной	360				88								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
	Плов из перловки с мясом	220	21	15	42	421								
	Салат из помидоров и свежей капусты	120	2	5	7	85								
Итого за обед			**28**	**25**	**103**	**876**								
полдник														
	Морс брусничный с ВМК	200			12	49								
	Печенье б/с	25	2	2	19	104								
Итого за полдник			**2**	**2**	**31**	**153**								
ужин														
	Рагу из овощей (лето)	185	4	12	16	191								
	Рыба запечённая с белым соусом	95/60	26	14	6	261								
	Чай без сахара	200												
Итого за ужин			**30**	**26**	**22**	**452**								
Итого за день			**118**	**89**	**269**	**2496**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** среда

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшенная молочная вязкая(без сахара) с БКС	205	10	10	27	236								
	Чай без сахара	200												
	Сыр	25	6	7		91								
	Итого за завтрак		**16**	**17**	**27**	**327**								
Второй завтрак														
	Сырники из творога	135	24	11	18	229								
	Итого за второй завтрак		**24**	**11**	**18**	**229**								
обед														
	Суп из сборных овощей	400	3	6	12	112								
	Морковь тушеная с зеленым горошком	210	2	5	12	138								
	Рыба под маринадом	75	21	16	10	272								
	Салат из помидоров,перца с	80	1	5	3	65								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**28**	**32**	**64**	**696**								
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
	Яйцо	40	5	5		63								
Итого за полдник			**11**	**10**	**8**	**169**								
ужин														
	Голубцы ленивые с преловкой(с мясом)	240	19	17	25	334								
	Отвар шиповника б/с с ВМК	200												
Итого за ужин			**19**	**17**	**25**	**334**								
Итого за день			**111**	**89**	**209**	**2103**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** четверг

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша геркулесовая молочная вязкая с БКС9г	205	10	10	26	239								
	Какао с молоком без	200	4	3	5	68								
	Ветчина	35	4	4	2	62								
Итого за завтрак			**18**	**17**	**33**	**369**								
Второй завтрак														
	Суфле из отварного мяса	95	20	16	5	247								
Итого за второй завтрак			**20**	**16**	**5**	**247**								
обед														
	Борщ на мясном бульоне	400	4	6	25	175								
	Бульон мясной	360	8	6		88								
	Фасоль отварная	210	19	7	43	310								
	Гуляш мясной 50/65	115	17	13	6	210								
	Помидор свежий	50	1		2	12								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**50**	**32**	**103**	**904**								
полдник														
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
	Яблоко свежее	150	1	1	15	71								
Итого за полдник			**7**	**6**	**23**	**177**								
ужин														
	Запеканка творожная	190	37	21	17	418								
	Чай без сахара	200												
Итого за ужин			**37**	**21**	**17**	**418**								
Итого за день			**145**	**94**	**248**	**2463**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** пятница

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Соль	6												
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
Итого за На день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша гречневая молочная вязкая с БКС9г б/сахара	205	10	10	30	246								
	Чай без сахара	200												
	Сыр порциями	25	6	7		91								
Итого за завтрак			**16**	**17**	**30**	**337**								
Второй завтрак														
	Куриная запеканка с овощами	120	15	16	8	234								
Итого за второй завтрак			**15**	**16**	**8**	**234**								
обед														
	Суп рыбный (горбуша)с крупой и картофелем	400	12	7	27	221								
	Салат из свежих помидоров и огурцов с раст.маслом	120	1	5	4	69								
	Капуста тушеная с отварным мясом	260	19	14	14	263								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**33**	**26**	**72**	**662**								
полдник														
	Запеканка творожная	190	37	21	17	418								
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
Итого за полдник			**43**	**26**	**25**	**524**								
ужин														
	Каша перловая рассыпчатая	160	5	8	37	239								
	Кура тушеная в соусе	75	16	23	8	302								
	Компот из свежих яблок б/с с ВМК	200			6	28								
Итого за ужин			**21**	**31**	**51**	**569**								
Итого за день			**141**	**118**	**253**	**2674**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** суббота

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшеничная молочная вязкая с БКС 27 г.без сахара	200	16	11	31	281								
	Чай без сахара	200												
	Сыр	25	6	7		91								
Итого за завтрак			**22**	**18**	**31**	**372**								
Второй завтрак														
	Суфле из отварной	90	15	14	5	205								
Итого за второй завтрак			**15**	**14**	**5**	**205**								
обед														
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	400	4	6	18	141								
	Бульон мясной	360	8	6		88								
	Рагу из птицы с овощами	240	18	19	29	361								
	Салат из свежих огурцов,капусты с раст.маслом	140	2	5	5	76								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**33**	**36**	**79**	**775**								
полдник														
	Морс брусничный с ВМК	200			12	49								
	Печенье б/с	25	2	2	19	104								
Итого за полдник			**2**	**2**	**31**	**153**								
ужин														
	Биточек паровой с кашей пшенной в томатном		21	16	42	399								
	Отвар шиповника б/с с ВМК	200												
Итого за ужин			**21**	**16**	**42**	**399**								
Итого за день			**106**	**88**	**255**	**2252**								

Рацион:ВБД(б) Лето-осень **День:** воскресенье

Неделя: 1

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Соль	6												
	Хлеб ржаной формовой	200	13	2	67	348								
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша геркулесовая молочная вязкая с БКС9г	205	10	10	26	239								
	Чай без сахара	200												
	Яйцо	40	5	5		63								
Итого за завтрак			**15**	**15**	**26**	**302**								
Второй завтрак														
	Запеканка творожная	190	37	21	17	418								
Итого за второй завтрак			**37**	**21**	**17**	**418**								
обед														
	Суп гороховый с картофелем на мясном бульоне	400	10	5	34	182								
	Бульон мясной	360	8	6		88								
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
	Гуляш мясной	115	17	13	6	210								
	Огурец свежий	50			1	6								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**46**	**37**	**118**	**948**								
полдник														
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**5**	**23**	**177**								
ужин														
	Овощи тушеные в сметанном соусе	205	5	9	22	191								
	Морс брусничный с ВМК	200			12	49								
Итого за ужин			**5**	**9**	**34**	**240**								
Итого за день			**122**	**89**	**285**	**2433**								