

Пятница

Менделеева В.К.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 201 \_\_ г.

## МЕНЮ

## Общее

Наименование блюда (№ блюда по картотеке)	Выход, г	жиры	белки	углево ды	ккал	Диеты
<b>Завтрак</b>						
<b>Холодные закуски</b>						
Сыр "Российский" порциями (I вариант) (5.17)	25.00	7.38	5.80		91.00	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,8,8а,8о,9а,10с,11,
<b>Гарниры</b>						
Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая сахаром с добавлением СБКС 9 гр со сливочным маслом (6.8)	205.00	10.49	10.23	31.00	259.30	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,11,
<b>Напитки</b>						
Чай с сахаром (11.2)	210.00			9.98	39.90	1,2,3,5,6,7,10,12,13,14,15 ,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ,5п (2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
Чай (11.1)	200.00					9,
<b>Сухой паек</b>						
Масло сливочное крестьянское (12.7)	10.00	7.25	0.08	0.13	66.10	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
<b>2 завтрак</b>						
<b>Напитки</b>						
Сок апельсиновый (консервы) (11.21)	200.00	0.20	1.40	26.40	120.00	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,4э,4аэ,5п(2),7в,7г,9б, 10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
<b>Обед</b>						
<b>Первые блюда</b>						
Борщ со свежей капусты вегетарианский со сметаной (1.19)	510.00	7.55	5.71	31.78	219.80	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,4э,4аэ,5п(2),7в,7г,9б, 10б,Р-І,Р-ІІ,11,
<b>Вторые блюда</b>						
Котлеты мясные паровые без масла (2.12б)	110.00	8.84	18.94	7.38	184.80	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
<b>Гарниры</b>						
Морковное тушёная с зелёным горошком (7.13)	105.00	5.13	1.95	7.19	83.70	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,
Рагу овощное тушёное под сметанным соусом с добавлением СБКС 15 гр (7.35)	210.00	15.46	9.41	24.08	273.60	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
<b>Напитки</b>						
Кисель из чёрной смородины (11.31)	200.00	0.10	0.26	28.83	119.00	1,2,3,5,6,7,10,12,13,14,15 ,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ,5п (2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,11,

Кисель из чёрной смородины без сахара (11.31а)	180.00	0.10	0.26	8.87	39.20	9,
<b>Полдник</b>						
<b>Напитки</b>						
Отвар шиповника (11.25)	200.00	0.28	0.68	9.66	56.80	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
<b>Мучные изделия</b>						
Печенье сахарное (12.10)	25.00	2.45	1.88	18.60	104.30	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,11,
<b>Ужин</b>						
<b>Холодные закуски</b>						
Огурцы консервированные (8.12а)	50.00	0.05	0.40	0.85	6.50	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,4э,4аэ,5п(2),7в,7г,9б, 10б,Р-І,Р-ІІ,11,
<b>Вторые блюда</b>						
Рыба (горбуша) отварная с маслом и свежей зеленью (3.2а)	120.00	12.75	28.93	0.45	231.50	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,8,8а,8о,9а,10с,11,
<b>Гарниры</b>						
Картофельное пюре с добавлением СБКС 10 гр (III вариант) (7.7)	160.00	8.30	7.35	25.53	206.10	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,11,
<b>Напитки</b>						
Чай с сахаром (11.2)	210.00			9.98	39.90	1,2,3,5,6,7,10,12,13,14,15 ,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ,5п (2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
Чай (11.1)	200.00					9,
<b>21 час</b>						
<b>Напитки</b>						
Кефир 3,2% ж (III вариант) (5.12)	140.00	4.48	4.06	5.60	82.60	1,2,3,5,6,7,9,10,12,13,14, 15,16,4б,4в,5п(1),4э,4аэ, 5п(2),7в,7г,9б,10б,Р-І,Р- ІІ,7а,7б,8,8а,8о,9а,10с,11
Основной вариант стандартной диеты;9	<b>93.63</b>	<b>117.60</b>	<b>316.70</b>	<b>2615.14</b>		
Основной вариант стандартной диеты;1,2,3,5,6,7,10,12,13,14,15	<b>93.63</b>	<b>117.60</b>	<b>356.60</b>	<b>2774.74</b>		

Диетсестра \_\_\_\_\_



**М**  
**Р** **еню**  
**аскладка**

МедСофт Курчатов  
Программные решения для медицинских учреждений

[Подробнее о программе «Меню-раскладка» МедСофт-К  
со встроенным семидневным меню для основных вариантов диет.](#)