

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)

2025 год

**СПб ГБУЗ «Городская больница Святого  
Великомученика Георгия»**

**Диета:ЩД**

**Сезон: Зима-весна**

Составил: Медицинская сестра диетическая Кланюк О.З. Кланюк О.З.





Рацион ЩД (зима-весна)

День: среда

Неделя: 1

1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>На день</b>														
	Соль	6												
	Хлеб пшеничный	200	16	2	98	470								
<b>Итого на день</b>			<b>16</b>	<b>2</b>	<b>98</b>	<b>470</b>								
<b>завтрак</b>														
	Каша манная молочная вязкая с сахаром с БКС 9г	205	10	9	34	254								
	Чай с сахаром	200			10	40								
	Сыр порциями	25	6	7		91								
	Масло сливочное порциями	10	1	8		74								
<b>Итого за завтрак</b>			<b>17</b>	<b>24</b>	<b>44</b>	<b>459</b>								
<b>обед</b>														
	Суп из сборных овощей вегетарианский протертый со сметаной	400	3	4	16	114								
	Макаронные изделия отварные	200	7	6	48	276								
	Котлета мясная паровая	110	19	9	8	189								
	Компот из сухофруктов с/с с ВМК	200	1	5	41	169								
<b>Итого за обед</b>			<b>30</b>	<b>24</b>	<b>113</b>	<b>748</b>								
<b>полдник</b>														
	Кефир 2.5% жирности	200	6	5	8	106								
	Пюре фруктовое	150	1		22	91								
<b>Итого за полдник</b>			<b>7</b>	<b>5</b>	<b>30</b>	<b>197</b>								
<b>ужин</b>														
	Картофельное пюре	200	4	6	28	180								
	Кура отварная (голень)	80	14	14		183								
	Отвар шиповника с/с	200			15	60								
<b>Итого за ужин</b>			<b>18</b>	<b>20</b>	<b>43</b>	<b>423</b>								
<b>Итого за день</b>			<b>88</b>	<b>75</b>	<b>328</b>	<b>2297</b>								





Рацион ЩД (зима-весна)

День: суббота

Неделя: 1

1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>На день</b>														
	Соль	6												
	Хлеб пшеничный	200	16	2	98	470								
<b>Итого на день</b>			<b>16</b>	<b>2</b>	<b>98</b>	<b>470</b>								
<b>завтрак</b>														
	Каша пшеничная молочная вязкая с БКС9г	200	8	7	40	249								
	Сыр	25	6	7		91								
	Чай с сахаром	200			10	40								
<b>Итого за завтрак</b>			<b>14</b>	<b>14</b>	<b>50</b>	<b>380</b>								
<b>обед</b>														
	Суп картофельный с макаронными изделиями вегетарианский	400	3	6	27	184								
	Рис отварной рассыпчатый	180	4	4	40	213								
	Пюре из отварного мяса с маслом	75/5	16	12		169								
	Компот из сухофруктов с/с с ВМК	200	1	5	41	169								
<b>Итого за обед</b>			<b>24</b>	<b>27</b>	<b>108</b>	<b>735</b>								
<b>полдник</b>														
	Ряженка 4%	200	6	8	8	134								
	Яблоко запеченное с/с	150	1	1	23	102								
<b>Итого за полдник</b>			<b>7</b>	<b>9</b>	<b>31</b>	<b>236</b>								
<b>ужин</b>														
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
	Котлета мясная паровая в белом соусе	110/50	20	13	11	239								
	Отвар шиповника с/с	200			15	60								
<b>Итого за ужин</b>			<b>30</b>	<b>26</b>	<b>76</b>	<b>652</b>								
<b>Итого за день</b>			<b>91</b>	<b>78</b>	<b>363</b>	<b>2473</b>								

Рацион ЩД (зима-весна)

День: воскресенье

Неделя: 1

1	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>На день</b>														
	Соль	6												
	Хлеб пшеничный	200	16	2	98	470								
<b>Итого на день</b>			<b>16</b>	<b>2</b>	<b>98</b>	<b>470</b>								
<b>завтрак</b>														
	Каша рисовая молочная вязкая с БКС9г	200	9	9	35	254								
	Омлет натуральный паровой	60	6	6	2	81								
	Чай с сахаром	200			10	40								
<b>Итого за завтрак</b>			<b>9</b>	<b>9</b>	<b>45</b>	<b>294</b>								
<b>обед</b>														
	Суп перловый вегетарианский	400	4	6	27	177								
	Картофельное пюре	200	4	6	28	180								
	Рыба отварная с маслом	95/5	24	13		212								
	Компот из сухофруктов с/с с ВМК	200	1	5	41	169								
<b>Итого за обед</b>			<b>33</b>	<b>30</b>	<b>96</b>	<b>738</b>								
<b>полдник</b>														
	Молоко	200	6	6	9	120								
	Пюре фруктовое	150	1		22	91								
<b>Итого за полдник</b>			<b>7</b>	<b>6</b>	<b>31</b>	<b>211</b>								
<b>ужин</b>														
	Картофельная запеканка с мясом	225	21	16	31	353								
	Отвар шиповника с/с	200			15	60								
<b>Итого за ужин</b>			<b>21</b>	<b>16</b>	<b>46</b>	<b>413</b>								
<b>Итого за день</b>			<b>86</b>	<b>63</b>	<b>316</b>	<b>2126</b>								