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:ВБД

Сезон: Зима-весна

Составил: Медицинская сестра диетическая _____ Кланюк О.З.

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготовляемых блюд

Рацион ВБД (зима-весна)

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								
	Масло сливочное порциями	10	1	8		74								
Итого за завтрак			**17**	**25**	**26**	**404**								
обед														
	Щи из квашенной капусты на мясном бульоне	400	3	5	15	113								
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
	Кура тушеная в соусе 75/65	75/65	16	23	8	302								
	Салат из свеклы с зеленым горошком	75/5	1	5	6	76								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**31**	**46**	**106**	**953**								
полдник														
	Морс ягодный	200			12	49								
	Яблоко свежее	150			15	71								
					17	**120**								
ужин														
	Винегрет овощной	230	4	10	17	177								
	Сельдь вымоченная	50	9	4		73								
	Отвар шиповника б/с	200			15	60								
Итого за ужин			**13**	**14**	**32**	**310**								
Итого за день			**74**	**87**	**248**	**2135**								

Рацион ВБД (зима-весна)

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	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшеничная молочная вязкая с БКС 9 г.без сахара	200	8	7	40	249								
	Какао с молоком без сахара	200	4	3	5	68								
	Яйцо	40	5	5		63								
Итого за завтрак			**17**	**15**	**45**	**380**								
обед														
	Рассольник на мясном бульоне	400	4	5	27	173								
	Плов из перловки с мясом	220	21	15	42	421								
	Салат из свежей капусты с морковью	65	2	3	6	54								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**28**	**23**	**102**	**757**								
полдник														
	Молоко	200	6	6	9	120								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**6**	**24**	**191**								
ужин														
	Запеканка творожная б/с	190	37	21	17	418								
	Чай без сахара	200												
Итого за ужин			**37**	**21**	**17**	**418**								
Итого за день			**101**	**67**	**255**	**2094**								

Рацион ВБД (зима-весна)

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	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшенная молочная вязкая(без сахара) с БКС 9г	205	10	10	27	236								
	Чай без сахара	200												
	Сыр	25	6	7		91								
	Масло сливочное порциями	10	1	8		74								
Итого за завтрак			**17**	**25**	**27**	**401**								
обед														
	Суп из сборных овощей	400	3	6	12	112								
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
	Печень тушеная в соусе	56/63	16	12	5	193								
	Салат из свеклы с квашенной капустой	75	1	4	7	67								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**31**	**35**	**101**	**834**								
полдник														
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**5**	**23**	**177**								
ужин														
	Голубцы ленивые с перловкой(с мясом)	240	19	17	25	334								
	Отвар шиповника б/с	200												
Итого за ужин			**19**	**17**	**25**	**334**								
Итого за день			**86**	**84**	**243**	**2094**								

Рацион ВБД (зима-весна)

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	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша геркулесовая молочная вязкая с БКС 9г	205	10	10	26	239								
	Какао с молоком б/с	200	4	3	5	68								
	Яйцо	40	5	5		63								
Итого за завтрак			**19**	**18**	**31**	**370**								
обед														
	Борщ на мясном бульоне	400	4	6	25	175								
	Фасоль отварная	210	19	7	43	310								
	Рыба под маринадом	75/100	21	16	10	272								
	Салат из квашенной капусты с луком	60	1	4	3	50								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**46**	**33**	**108**	**916**								
полдник														
	Ряженка 4%	200	6	8	8	134								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**8**	**23**	**205**								
ужин														
	Капуста тушеная	200	4	7	12	130								
	Сосиски отварные	80	9	19		209								
	Чай без сахара	200												
Итого за ужин			**13**	**26**	**12**	**339**								
Итого за день			**97**	**87**	**241**	**2178**								

Рацион ВБД (зима-весна)

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	200	13	2	67	348								
Итого за день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша гречневая молочная вязкая с БКС 9г б/с	205	10	10	30	246								
	Чай без сахара	200												
	Сыр порциями	25	6	7		91								
	Масло сливочное порциями	10	1	8		74								
Итого за завтрак			**17**	**25**	**30**	**411**								
обед														
	Суп гороховый на мясном бульоне	400	10	5	34	182								
	Каша из крупы булгур	150	9	5	218	274								
	Печень тушеная в соусе	56/63	16	12	5	193								
	Салат из белокочанной капусты со свеклой	70	2	5	7	81								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**38**	**27**	**291**	**839**								
полдник														
	Яблоко свежее	150			15	71								
	Морс ягодный	200			12	49								
Итого за полдник					**27**	**120**								
ужин														
	Каша перловая рассыпчатая с овощами	200	21	16	42	399								
	Гуляш мясной в томатном соусе	115	17	13	6	210								
	Отвар шиповника б/с	200												
Итого за ужин			**38**	**29**	**48**	**609**								
Итого за день			**106**	**83**	**463**	**2327**								

Рацион ВБД (зима-весна)

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		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
На день														
	Хлеб ржаной	200	13	2	67	348								
	Соль	6												
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша пшеничная молочная вязкая с БКС 9г. б/с	200	8	7	40	249								
	Чай б/с	200												
	Сыр	25	6	7		91								
Итого за завтрак			**24**	**14**	**40**	**340**								
обед														
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	400	4	6	18	141								
	Рагу из птицы с овощами	240	18	19	29	361								
	Огурец соленый	50			1	7								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**23**	**25**	**75**	**651**								
полдник														
	Ряженка 4%	200	6	8	8	134								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**8**	**23**	**205**								
ужин														
	Каша гречневая рассыпчатая	160	10	13	50	353								
	Гуляш мясной в белом соусе	50/65	12	11	8	174								
	Чай б/с	200												
Итого за ужин			**22**	**24**	**58**	**527**								
Итого за день			**88**	**73**	**263**	**2071**								

Рацион ВБД (зима-весна)

День: воскресенье

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	200	13	2	67	348								
Итого на день			**13**	**2**	**67**	**348**								
завтрак														
	Каша геркулесовая молочная вязкая с БКС 9г	205	10	10	26	239								
	Чай б/с	200												
	Яйцо	40	5	5		63								
Итого за завтрак			**15**	**15**	**26**	**302**								
обед														
	Свекольник на костном бульоне с курой	400	8	12	25	206								
	Овощное рагу	150	5	8	18	133								
	Рыба отварная с маслом	95/5	24	13		212								
	Огурец соленый	50			1	7								
	Компот из сухофруктов б/с с ВМК	200	1		27	109								
Итого за обед			**38**	**33**	**71**	**667**								
полдник														
	Кефир 2,5%	200	6	5	8	106								
	Яблоко свежее	150			15	71								
Итого за полдник			**6**	**5**	**23**	**177**								
ужин														
	Капуста тушеная с мясом	260	19	14	14	263								
	Отвар шиповника б/с	200												
Итого за ужин			**19**	**14**	**34**	**263**								
Итого за день			**91**	**69**	**221**	**1757**								