

МЕНЮ

Диета ЩД Понедельник
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

V.3 Нутринор	5 / 0 (г)	6,5 (ккал)
V4.6 Омлет паровой	80 / 0 (г)	126,52 (ккал)
C6.5 Каша рисовая молочная вязкая	230 / 5 (г)	275 (ккал)
C11.82 Отвар шиповника	200 / 0 (г)	22 (ккал)

Обед

V1.60.2 Бульон куриный с манкой	500 / 0 (г)	113 (ккал)
V2.107.2 Суфле из отварных кур	90 / 0 (г)	220 (ккал)
V6.22 Геркулесовая каша на воде, вязкая, без сахара	225 / 5 (г)	205 (ккал)
V11.95.2 Компот из кураги протертый	200 / 0 (г)	134 (ккал)

Полдник

Ужин

V2.15.2 Мясные биточки паровые	100 / 0 (г)	239 (ккал)
V6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара	190 / 5 (г)	200 (ккал)

21 час

V11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
----------------------------------	-------------	-----------

На день

V15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)	200 / 0 (г)	390 (ккал)
V15.11.1 Масло сливочное (10г)	10 / 0 (г)	66 (ккал)
V15.4 Сахар рафинад (35г)	35 / 0 (г)	133 (ккал)
V15.6 Чай	1 / 0 (г)	0 (ккал)

Общая энергетическая ценность	2152,02 (ккал)
Содержание белков	89,74 (г)
Содержание углеводов	272,17 (г)
Содержание жиров	75,01 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Вторник
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

В.3 Нутрино	5 / 0 (г)	6,5 (ккал)
В5.15.1 Пудинг творожный запеченый с сахаром	120 / 0 (г)	249 (ккал)
В6.23 Молочная геркулесовая жидкая каша	265 / 5 (г)	232,2 (ккал)
В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)

Обед

В11.95 Компот из кураги протертый*	200 / 0 (г)	134 (ккал)
В1.60 Слабый мясной бульон с яичными хлопьями	500 / 0 (г)	64 (ккал)
В2.5 Суфле мясное, паровое (1 вар)	115 / 0 (г)	271 (ккал)
В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара	190 / 5 (г)	200 (ккал)

Полдник

Ужин

В3.8.1 Биточки рыбные паровые (треска потрошенная)	105 / 0 (г)	106 (ккал)
В6.8 Каша рисовая на воде вязкая без сахара	225 / 5 (г)	196 (ккал)

21 час

В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
----------------------------------	-------------	-----------

На день

В15.4 Сахар рафинад (35г)	35 / 0 (г)	133 (ккал)
В15.6 Чай	1 / 0 (г)	0 (ккал)
В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)	200 / 0 (г)	390 (ккал)
В15.11.1 Масло сливочное (10г)	10 / 0 (г)	66 (ккал)

Общая энергетическая ценность	2091,7 (ккал)
Содержание белков	103,26 (г)
Содержание углеводов	282,5 (г)
Содержание жиров	65,25 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Среда
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

<i>В.3 Нутринор</i>	<i>5 / 0 (г)</i>	<i>6,5 (ккал)</i>
<i>В4.6 Омлет паровой</i>	<i>80 / 0 (г)</i>	<i>126,52 (ккал)</i>
<i>В6.1 Молочная манная каша жидкая</i>	<i>265 / 5 (г)</i>	<i>241 (ккал)</i>
<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>

Обед

<i>В2.5 Суфле мясное, паровое (1 вар)</i>	<i>115 / 0 (г)</i>	<i>271 (ккал)</i>
<i>В1.60.3 Бульон мясной с геркулесом</i>	<i>500 / 0 (г)</i>	<i>155 (ккал)</i>
<i>В6.8 Каша рисовая на воде вязкая без сахара</i>	<i>225 / 5 (г)</i>	<i>196 (ккал)</i>
<i>В11.95.2 Компот из кураги протертый</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>134 (ккал)</i>

Ужин

<i>В2.15.2 Мясные биточки паровые</i>	<i>100 / 0 (г)</i>	<i>239 (ккал)</i>
<i>В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара</i>	<i>190 / 5 (г)</i>	<i>200 (ккал)</i>

Полдник

21 час

<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>
---	--------------------	------------------

На день

<i>В15.4 Сахар рафинад (35г)</i>	<i>35 / 0 (г)</i>	<i>133 (ккал)</i>
<i>В15.6 Чай</i>	<i>1 / 0 (г)</i>	<i>0 (ккал)</i>
<i>В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>390 (ккал)</i>
<i>В15.11.1 Масло сливочное (10г)</i>	<i>10 / 0 (г)</i>	<i>66 (ккал)</i>

Общая энергетическая ценность	2202,02 (ккал)
Содержание белков	100,04 (г)
Содержание углеводов	290,05 (г)
Содержание жиров	79,68 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Четверг
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

В.3 Нутринор	5 / 0 (г)	6,5 (ккал)
С6.18 Каша овсяная молочная жидкая протертая	240 / 5 (г)	262 (ккал)
В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
В5.15.1 Пудинг творожный запеченый с сахаром	120 / 0 (г)	249 (ккал)

Обед

В2.107.2 Суфле из отварных кур	90 / 0 (г)	220 (ккал)
В1.60.1 Куриный бульон с яичными хлопьями	500 / 0 (г)	64 (ккал)
В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара	190 / 5 (г)	200 (ккал)
В11.95 Компот из кураги протертый*	200 / 0 (г)	134 (ккал)

Полдник

Ужин

В3.8.1 Биточки рыбные паровые(треска потрошенная)	105 / 0 (г)	106 (ккал)
В6.8 Каша рисовая на воде вязкая без сахара	225 / 5 (г)	196 (ккал)

21 час

В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
----------------------------------	-------------	-----------

На день

В15.4 Сахар рафинад (35г)	35 / 0 (г)	133 (ккал)
В15.6 Чай	1 / 0 (г)	0 (ккал)
В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)	200 / 0 (г)	390 (ккал)
В15.11.1 Масло сливочное (10г)	10 / 0 (г)	66 (ккал)

Общая энергетическая ценность	2070,5 (ккал)
Содержание белков	98,9 (г)
Содержание углеводов	286,84 (г)
Содержание жиров	60,44 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Пятница
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

В6.1 Молочная манная каша жидкая	265 / 5 (г)	241 (ккал)
В4.6 Омлет паровой	80 / 0 (г)	126,52 (ккал)
В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
В.3 Нутринор	5 / 0 (г)	6,5 (ккал)

Обед

В2.15.2 Мясные биточки паровые	100 / 0 (г)	239 (ккал)
В6.22 Геркулесовая каша на воде, вязкая, без сахара	225 / 5 (г)	205 (ккал)
В11.95 Компот из кураги протертый*	200 / 0 (г)	134 (ккал)
С1.24 Суп рисовый протертый на мясном бульоне	500 / 0 (г)	132 (ккал)

Полдник

Ужин

В2.5 Суфле мясное, паровое (1 вар)	115 / 0 (г)	271 (ккал)
В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара	190 / 5 (г)	200 (ккал)

21 час

В11.2 Отвар шиповника без сахара	200 / 0 (г)	22 (ккал)
----------------------------------	-------------	-----------

На день

В15.4 Сахар рафинад (35г)	35 / 0 (г)	133 (ккал)
В15.6 Чай	1 / 0 (г)	0 (ккал)
В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)	200 / 0 (г)	390 (ккал)
В15.11.1 Масло сливочное (10г)	10 / 0 (г)	66 (ккал)

Общая энергетическая ценность	2188,02 (ккал)
Содержание белков	97,64 (г)
Содержание углеводов	285,44 (г)
Содержание жиров	80,09 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Суббота
возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

<i>В.3 Нутринор</i>	<i>5 / 0 (г)</i>	<i>6,5 (ккал)</i>
<i>В5.15.1 Пудинг творожный запеченый с сахаром</i>	<i>120 / 0 (г)</i>	<i>249 (ккал)</i>
<i>В6.23 Молочная геркулесовая жидкая каша</i>	<i>265 / 5 (г)</i>	<i>232,2 (ккал)</i>
<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>

Обед

<i>В1.60.2 Бульон куриный с манкой</i>	<i>500 / 0 (г)</i>	<i>113 (ккал)</i>
<i>В2.107.2 Суфле из отварных кур</i>	<i>90 / 0 (г)</i>	<i>220 (ккал)</i>
<i>В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара</i>	<i>190 / 5 (г)</i>	<i>200 (ккал)</i>
<i>В11.95 Компот из кураги протертый*</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>134 (ккал)</i>

Полдник

Ужин

<i>В6.8 Каша рисовая на воде вязкая без сахара</i>	<i>225 / 5 (г)</i>	<i>196 (ккал)</i>
<i>В2.15.2 Мясные биточки паровые</i>	<i>100 / 0 (г)</i>	<i>239 (ккал)</i>

21 час

<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>
---	--------------------	------------------

На день

<i>В15.4 Сахар рафинад (35г)</i>	<i>35 / 0 (г)</i>	<i>133 (ккал)</i>
<i>В15.6 Чай</i>	<i>1 / 0 (г)</i>	<i>0 (ккал)</i>
<i>В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>390 (ккал)</i>
<i>В15.11.1 Масло сливочное (10г)</i>	<i>10 / 0 (г)</i>	<i>66 (ккал)</i>

Общая энергетическая ценность	2222,7 (ккал)
Содержание белков	96,43 (г)
Содержание углеводов	280,43 (г)
Содержание жиров	76,05 (г)

МЕНЮ

Диета ЩД Воскресенье возрастная категория: взрослые

1-й завтрак

<i>В.3 Нутринок</i>	<i>5 / 0 (г)</i>	<i>6,5 (ккал)</i>
<i>В4.6 Омлет паровой</i>	<i>80 / 0 (г)</i>	<i>126,52 (ккал)</i>
<i>В6.1 Молочная манная каша жидкая</i>	<i>265 / 5 (г)</i>	<i>241 (ккал)</i>
<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>

Обед

<i>В1.65 Бульон мясной с фрикадельками</i>	<i>460 / 40 (г)</i>	<i>130 (ккал)</i>
<i>В2.5 Суфле мясное, паровое (1 вар)</i>	<i>115 / 0 (г)</i>	<i>271 (ккал)</i>
<i>В6.8 Каша рисовая на воде вязкая без сахара</i>	<i>225 / 5 (г)</i>	<i>196 (ккал)</i>
<i>В11.95 Компот из кураги протертый*</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>134 (ккал)</i>

Полдник

Ужин

<i>В3.13в Суфле из отварной рыбы паровое(рыба треска)</i>	<i>105 / 0 (г)</i>	<i>141 (ккал)</i>
<i>В6.30 Гречневая каша на воде вязкая протертая без сахара</i>	<i>190 / 5 (г)</i>	<i>200 (ккал)</i>

21 час

<i>В11.2 Отвар шиповника без сахара</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>22 (ккал)</i>
---	--------------------	------------------

На день

<i>В15.4 Сахар рафинад (35г)</i>	<i>35 / 0 (г)</i>	<i>133 (ккал)</i>
<i>В15.6 Чай</i>	<i>1 / 0 (г)</i>	<i>0 (ккал)</i>
<i>В15.2.1 Хлеб пшеничный (200г)</i>	<i>200 / 0 (г)</i>	<i>390 (ккал)</i>
<i>В15.11.1 Масло сливочное (10г)</i>	<i>10 / 0 (г)</i>	<i>66 (ккал)</i>

Общая энергетическая ценность	2079,02 (ккал)
Содержание белков	104,4 (г)
Содержание углеводов	267,59 (г)
Содержание жиров	73,3 (г)