|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***ФГБУ ТС "Жемчужина" Минздрава России*** |  | ***УТВЕРЖДАЮ***    *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Поповцев Р.С.*  *«\_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202 \_\_ г.* |
| *наименование учреждения* |

***СЕМИДНЕВНОЕ МЕНЮ***

***1 день Понедельник - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Каша рисовая молочная вязкая с сахаром со сливочным маслом (952)* | *180.00* | *6.41* | *5.39* | *38.19* | *232.64* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0392, Вит.B1, мг: 0.07, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.14, Вит.D, мкг: 0.04, K, мг: 168, Ca, мг: 114, Mg, мг: 33, P, мг: 141, F, мкг: 20,* |
| *Каша рисовая молочная вязкая со сливочным маслом (953)* | *180.00* | *6.41* | *5.39* | *33.80* | *215.08* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0392, Вит.B1, мг: 0.07, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.14, Вит.D, мкг: 0.04, K, мг: 168, Ca, мг: 113, Mg, мг: 33, P, мг: 141, F, мкг: 20,* |
| *Чай с сахаром и лимоном(2010) (893)* | *225.00* | *0.01* | *0.09* | *15.27* | *63.25* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай с лимоном (900)* | *210.00* | *0.01* | *0.09* | *0.30* | *3.40* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Яйцо куриное сваренное вкрутую (833)* | *40.00* | *4.60* | *5.08* | *0.28* | *62.80* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.1040, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 56, Ca, мг: 22, Mg, мг: 5, P, мг: 77, F, мкг: 22,* |
| *Сок яблочный (консервы) (341)* | *200.00* | *0.20* | *1.00* | *20.20* | *92.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.02, Вит.C, мг: 4.00, Ca, мг: 14, Mg, мг: 8, P, мг: 14,* |
| *Фрукты св свежие (апельсины) (295)* | *200.00* | *0.40* | *1.80* | *16.20* | *86.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0160, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 120.00, K, мг: 394, Ca, мг: 68, Mg, мг: 26, P, мг: 46, F, мкг: 340,* |
| *Чернослив порциями (303)* | *75.00* | *0.53* | *1.73* | *43.13* | *192.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0075, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 2.25, K, мг: 648, Ca, мг: 60, Mg, мг: 77, P, мг: 62, Se, мкг: 17.3,* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Салат из белокачанной капусты и свеклы с растительным маслом с 01.01 (977)* | *100.00* | *7.22* | *2.43* | *8.96* | *111.91* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0039, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 53.80, K, мг: 414, Ca, мг: 66, Mg, мг: 24, P, мг: 47, F, мкг: 5,* |
| *Суп с лапшой на куринном бульоне, жидкий с курицей отварной (36)* | *513.00* | *17.49* | *15.89* | *23.61* | *315.08* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.4938, Вит.B1, мг: 0.07, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 13.75, K, мг: 142, Ca, мг: 63, Mg, мг: 34, P, мг: 175, F, мкг: 5,* |
| *Гуляш из отварного мяса (913)* | *105.00* | *16.50* | *14.57* | *4.58* | *225.08* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0145, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 3.44, K, мг: 69, Ca, мг: 19, Mg, мг: 26, P, мг: 171, F, мкг: 4,* |
| *Картофельное пюре (II вариант) с 01.03 (978)* | *190.00* | *4.81* | *3.98* | *29.31* | *176.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0258, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 26.45, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 1016, Ca, мг: 41, Mg, мг: 43, P, мг: 117, F, мкг: 53, Se, мкг: 0.7,* |
| *Кисель из концентрата с сахаром (905)* | *210.00* |  | *0.13* | *39.52* | *158.70* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 8, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Пирожки с яблоками печеные (288)* | *95.00* | *6.96* | *6.92* | *48.48* | *285.53* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0261, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 4.77, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 221, Ca, мг: 45, Mg, мг: 16, P, мг: 83, F, мкг: 6,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Салат " Селедка под шубой" (967)* | *150.00* | *17.77* | *11.77* | *11.40* | *253.21* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.4153, Вит.B1, мг: 0.11, Вит.B2, мг: 0.19, Вит.C, мг: 10.72, K, мг: 372, Ca, мг: 33, Mg, мг: 26, P, мг: 84, F, мкг: 30, Se, мкг: 0.1,* |
| *Голубцы (ленивые) с мясом и соусом (929)* | *200.00* | *23.23* | *20.19* | *21.40* | *377.12* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0472, Вит.B1, мг: 0.12, Вит.B2, мг: 0.26, Вит.C, мг: 57.48, K, мг: 459, Ca, мг: 96, Mg, мг: 55, P, мг: 268, F, мкг: 15,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Кефир 3,2% ж. (814)* | *200.00* | *6.40* | *5.80* | *8.00* | *118.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0002, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.34, Вит.C, мг: 1.40, K, мг: 292, Ca, мг: 240, Mg, мг: 28, P, мг: 190,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***128.30*** | ***120.20*** | ***359.30*** | ***3132.43*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***129.30*** | ***121.70*** | ***473.50*** | ***3592.97*** |  |

***2 день Вторник - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Яйцо куриное сваренное вкрутую (833)* | *40.00* | *4.60* | *5.08* | *0.28* | *62.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1040, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 56, Ca, мг: 22, Mg, мг: 5, P, мг: 77, F, мкг: 22,* |
| *Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая сахаром со сливочным маслом (917)* | *180.00* | *8.68* | *7.69* | *34.12* | *246.03* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0401, Вит.B1, мг: 0.22, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 131, Ca, мг: 136, Mg, мг: 66, P, мг: 217,* |
| *Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая со сливочным маслом (918)* | *180.00* | *8.68* | *7.69* | *29.63* | *228.07* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0401, Вит.B1, мг: 0.22, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 131, Ca, мг: 136, Mg, мг: 67, P, мг: 217,* |
| *Чай с сахаром и лимоном(2010) (893)* | *225.00* | *0.01* | *0.09* | *15.27* | *63.25* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай с лимоном (900)* | *210.00* | *0.01* | *0.09* | *0.30* | *3.40* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Сок апельсиновый (консервы) (338)* | *200.00* | *0.20* | *1.40* | *26.40* | *120.00* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0200, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 100.00,* |
| *Фрукты свежие (бананы) (296)* | *150.00* | *0.75* | *2.25* | *31.50* | *144.00* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0300, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 15.00, K, мг: 522, Ca, мг: 12, Mg, мг: 63, P, мг: 42,* |
| *Фрукты свежие (яблоки) (899)* | *200.00* | *0.80* | *0.80* | *19.60* | *94.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0100, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 20.00, K, мг: 556, Ca, мг: 32, Mg, мг: 18, P, мг: 22, F, мкг: 16,* |
| *Курага порциями (908)* | *75.00* | *0.23* | *3.90* | *19.13* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Суп гороховый с картофелем на мясном бульоне (919)* | *480.00* | *13.43* | *20.95* | *42.40* | *375.07* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.6589, Вит.B1, мг: 0.31, Вит.B2, мг: 0.25, Вит.C, мг: 41.37, K, мг: 787, Ca, мг: 71, Mg, мг: 72, P, мг: 242, F, мкг: 38, Se, мкг: 0.4,* |
| *Плов из риса с отварным мясом (962)* | *200.00* | *20.37* | *16.79* | *43.09* | *423.11* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.2835, Вит.B1, мг: 0.10, Вит.B2, мг: 0.14, Вит.C, мг: 3.21, K, мг: 130, Ca, мг: 22, Mg, мг: 54, P, мг: 240, F, мкг: 30,* |
| *Плов из перловки с отварным мясом (933)* | *220.00* | *22.40* | *18.94* | *36.09* | *422.06* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.3132, Вит.B1, мг: 0.12, Вит.B2, мг: 0.16, Вит.C, мг: 3.55, K, мг: 169, Ca, мг: 38, Mg, мг: 49, P, мг: 335, F, мкг: 33,* |
| *Кабачки тушеные в сметанном соусе (248)* | *150.00* | *12.54* | *1.79* | *11.52* | *167.38* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0090, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.10, Вит.C, мг: 25.10, K, мг: 414, Ca, мг: 38, Mg, мг: 17, P, мг: 31,* |
| *Салат из свеклы с чесноком (973)* | *140.00* | *13.56* | *2.99* | *14.80* | *193.04* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0071, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.07, Вит.C, мг: 15.90, K, мг: 446, Ca, мг: 60, Mg, мг: 34, P, мг: 68, F, мкг: 31, Se, мкг: 2.8,* |
| *Компот из сухофруктов (347)* | *200.00* |  | *0.75* | *26.31* | *107.85* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 30, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Пирожки с капустой печеные (941)* | *100.00* | *7.65* | *7.87* | *37.59* | *251.16* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0530, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 25.01, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 261, Ca, мг: 68, Mg, мг: 21, P, мг: 101, F, мкг: 6,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Салат из помидоров и свежей капусты с растительным маслом (274)* | *120.00* | *5.15* | *1.86* | *7.32* | *85.38* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0700, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 45.15, K, мг: 364, Ca, мг: 44, Mg, мг: 22, P, мг: 36, F, мкг: 102,* |
| *Азу по-татарски (966)* | *200.00* | *21.21* | *18.30* | *26.32* | *370.01* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0134, Вит.B1, мг: 0.19, Вит.B2, мг: 0.19, Вит.C, мг: 23.52, K, мг: 811, Ca, мг: 36, Mg, мг: 58, P, мг: 260, F, мкг: 42, Se, мкг: 3.9,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Ряженка 4% ж (156)* | *200.00* | *8.00* | *5.60* | *8.40* | *134.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0800, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.26, Вит.C, мг: 0.60, K, мг: 292, Ca, мг: 248, Mg, мг: 28, P, мг: 184,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***127.50*** | ***123.40*** | ***376.60*** | ***3271.28*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***118.20*** | ***117.60*** | ***502.10*** | ***3582.35*** |  |

***3 день Среда - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Каша манная молочная вязкая со сливочным маслом (168)* | *200.00* | *7.23* | *7.06* | *38.00* | *246.20* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0445, Вит.B1, мг: 0.10, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 198, Ca, мг: 134, Mg, мг: 22, P, мг: 126, F, мкг: 8,* |
| *Каша гречневая молочная вязкая со сливочным маслом (189)* | *200.00* | *8.15* | *7.98* | *27.61* | *216.25* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0453, Вит.B1, мг: 0.25, Вит.B2, мг: 0.24, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 298, Ca, мг: 136, Mg, мг: 95, P, мг: 211, F, мкг: 9,* |
| *Кофе с молоком (313)* | *215.00* | *3.38* | *3.69* | *20.02* | *125.80* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0220, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 146, Ca, мг: 125, Mg, мг: 15, P, мг: 90,* |
| *Кофе с молоком без сахара (314)* | *200.00* | *3.38* | *3.69* | *5.05* | *65.95* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0220, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 146, Ca, мг: 125, Mg, мг: 15, P, мг: 90,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Яйцо куриное сваренное вкрутую (833)* | *40.00* | *4.60* | *5.08* | *0.28* | *62.80* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.1040, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 56, Ca, мг: 22, Mg, мг: 5, P, мг: 77, F, мкг: 22,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Фрукты свежие (яблоки) (899)* | *200.00* | *0.80* | *0.80* | *19.60* | *94.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0100, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 20.00, K, мг: 556, Ca, мг: 32, Mg, мг: 18, P, мг: 22, F, мкг: 16,* |
| *Чернослив порциями (303)* | *75.00* | *0.53* | *1.73* | *43.13* | *192.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0075, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 2.25, K, мг: 648, Ca, мг: 60, Mg, мг: 77, P, мг: 62, Se, мкг: 17.3,* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (276)* | *120.00* | *5.17* | *1.21* | *3.91* | *68.83* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1186, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 25.98, K, мг: 280, Ca, мг: 30, Mg, мг: 22, P, мг: 41, F, мкг: 231,* |
| *Рассольник на мясном бульоне со сметаной (40)* | *510.00* | *13.98* | *13.90* | *35.31* | *324.14* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.5482, Вит.B1, мг: 0.22, Вит.B2, мг: 0.23, Вит.C, мг: 34.22, K, мг: 1028, Ca, мг: 73, Mg, мг: 72, P, мг: 262, F, мкг: 59, Se, мкг: 0.6,* |
| *Гуляш из отварного мяса (972)* | *100.00* | *10.08* | *9.21* | *4.98* | *147.52* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0089, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 2.93, K, мг: 59, Ca, мг: 19, Mg, мг: 18, P, мг: 111, F, мкг: 5,* |
| *Рис отварной рассыпчатый (176)* | *155.00* | *4.17* | *3.82* | *40.03* | *212.87* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0225, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.03, K, мг: 54, Ca, мг: 14, Mg, мг: 28, P, мг: 83, F, мкг: 27,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Кисель из концентрата с сахаром (905)* | *210.00* |  | *0.13* | *39.52* | *158.70* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 8, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Пирожки с повидлом печёный (904)* | *100.00* | *11.77* | *6.84* | *55.33* | *351.93* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0148, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.40, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 96, Ca, мг: 40, Mg, мг: 14, P, мг: 79, F, мкг: 2,* |
| *Яблоко печеное без сахара (301)* | *1.00* | *0.53* | *0.53* | *12.94* | *62.04* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0066, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 13.20, K, мг: 367, Ca, мг: 21, Mg, мг: 12, P, мг: 15, F, мкг: 11,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Яйцо с зеленым горошком (943)* | *65.00* | *11.37* | *6.45* | *2.93* | *139.70* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1326, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.02, Вит.C, мг: 2.73, K, мг: 91, Ca, мг: 29, Mg, мг: 11, P, мг: 99, F, мкг: 22,* |
| *Котлеты куриные (965)* | *95.00* | *13.71* | *16.28* | *14.50* | *247.35* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0482, Вит.B1, мг: 0.17, Вит.B2, мг: 0.10, Вит.C, мг: 1.24, K, мг: 15, Ca, мг: 33, Mg, мг: 19, P, мг: 137,* |
| *Соус №331 (955)* | *50.00* | *0.05* | *0.67* | *3.63* | *17.55* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0338, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 3.31, K, мг: 65, Ca, мг: 17, Mg, мг: 5, P, мг: 15,* |
| *Макаронные изделия отварные (939)* | *140.00* | *3.83* | *5.43* | *34.61* | *194.70* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0198, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 60, Ca, мг: 31, Mg, мг: 11, P, мг: 46, F, мкг: 11,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Кефир 3,2% ж. (814)* | *200.00* | *6.40* | *5.80* | *8.00* | *118.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0002, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.34, Вит.C, мг: 1.40, K, мг: 292, Ca, мг: 240, Mg, мг: 28, P, мг: 190,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***109.50*** | ***113.10*** | ***394.50*** | ***3067.65*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***113.90*** | ***113.10*** | ***518.50*** | ***3584.84*** |  |

***4 день Четверг - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Рыба соленая (горбуша) (125)* | *45.00* | *4.05* | *9.95* |  | *76.05* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0135, Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.07, Вит.C, мг: 0.41,* |
| *Каша пшенная молочная вязкая со сливочным маслом (193)* | *200.00* | *8.48* | *8.69* | *38.02* | *264.05* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0460, Вит.B1, мг: 0.25, Вит.B2, мг: 0.16, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 252, Ca, мг: 139, Mg, мг: 56, P, мг: 208,* |
| *Каша пшенная молочная вязкая с сахаром со сливочным маслом (194)* | *200.00* | *8.48* | *8.69* | *43.01* | *284.00* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0460, Вит.B1, мг: 0.25, Вит.B2, мг: 0.16, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 252, Ca, мг: 139, Mg, мг: 56, P, мг: 208,* |
| *Чай с сахаром и лимоном(2010) (893)* | *225.00* | *0.01* | *0.09* | *15.27* | *63.25* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай с лимоном (900)* | *210.00* | *0.01* | *0.09* | *0.30* | *3.40* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.2728, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 10.01, K, мг: 322, Ca, мг: 39, Mg, мг: 11, P, мг: 27, Se, мкг: 0.2,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Сок яблочный (консервы) (341)* | *200.00* | *0.20* | *1.00* | *20.20* | *92.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.02, Вит.C, мг: 4.00, Ca, мг: 14, Mg, мг: 8, P, мг: 14,* |
| *Фрукты свежие (груши) (297)* | *200.00* | *0.59* | *0.79* | *20.39* | *93.06* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0040, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 9.90, K, мг: 307, Ca, мг: 38, Mg, мг: 24, P, мг: 32, F, мкг: 20,* |
| *Курага порциями (908)* | *75.00* | *0.23* | *3.90* | *19.13* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Салат " Оливье" (945)* | *130.00* | *27.33* | *12.87* | *13.83* | *353.93* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0669, Вит.B1, мг: 0.24, Вит.B2, мг: 0.14, Вит.C, мг: 13.17, K, мг: 621, Ca, мг: 51, Mg, мг: 41, P, мг: 204, F, мкг: 66, Se, мкг: 0.3,* |
| *Щи со свежей капустой (38)* | *510.00* | *13.58* | *12.98* | *18.64* | *250.40* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.6515, Вит.B1, мг: 0.15, Вит.B2, мг: 0.22, Вит.C, мг: 65.09, K, мг: 772, Ca, мг: 107, Mg, мг: 62, P, мг: 207, F, мкг: 22, Se, мкг: 0.2,* |
| *Жаркое по домашнему (951)* | *225.00* | *22.53* | *18.02* | *31.64* | *401.87* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0367, Вит.B1, мг: 0.24, Вит.B2, мг: 0.22, Вит.C, мг: 32.90, K, мг: 1106, Ca, мг: 37, Mg, мг: 68, P, мг: 275, F, мкг: 57, Se, мкг: 0.7,* |
| *Компот из яблок (344)* | *200.00* | *0.24* | *0.24* | *20.85* | *88.05* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0030, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.02, Вит.C, мг: 6.00, K, мг: 167, Ca, мг: 16, Mg, мг: 7, P, мг: 7, F, мкг: 5,* |
| *Компот из яблок без сахара (345)* | *185.00* | *0.24* | *0.24* | *5.88* | *28.20* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0030, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.02, Вит.C, мг: 6.00, K, мг: 167, Ca, мг: 16, Mg, мг: 7, P, мг: 7, F, мкг: 5,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Булочка с маком печеная (930)* | *100.00* | *11.97* | *8.34* | *41.96* | *309.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0315, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.33, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 112, Ca, мг: 46, Mg, мг: 13, P, мг: 87, F, мкг: 6,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Салат из квашеной капусты (888)* | *120.00* | *7.98* | *2.05* | *4.84* | *99.67* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.50, K, мг: 9, Ca, мг: 2, Mg, мг: 1, P, мг: 3, F, мкг: 2,* |
| *Рыба (треска) припущенная в молочном соусе (931)* | *175.00* | *6.22* | *26.51* | *5.92* | *185.32* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0488, Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 2.18, Вит.D, мкг: 0.03, K, мг: 79, Ca, мг: 104, Mg, мг: 54, P, мг: 373,* |
| *Картофельное пюре (II вариант) с 01.03 (978)* | *190.00* | *4.81* | *3.98* | *29.31* | *176.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0258, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 26.45, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 1016, Ca, мг: 41, Mg, мг: 43, P, мг: 117, F, мкг: 53, Se, мкг: 0.7,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Ряженка 4% ж (156)* | *200.00* | *8.00* | *5.60* | *8.40* | *134.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0800, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.26, Вит.C, мг: 0.60, K, мг: 292, Ca, мг: 248, Mg, мг: 28, P, мг: 184,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***139.00*** | ***144.80*** | ***385.10*** | ***3497.70*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***130.60*** | ***137.00*** | ***462.50*** | ***3614.05*** |  |

***5 день Пятница - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Колбаса докторская отварная на бутерброд (106)* | *30.00* | *6.66* | *3.84* | *0.45* | *77.10* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0030, Вит.B1, мг: 0.07, Вит.B2, мг: 0.05, K, мг: 73, Ca, мг: 9, Mg, мг: 7, P, мг: 53, F, мкг: 18,* |
| *Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая сахаром со сливочным маслом (917)* | *180.00* | *8.68* | *7.69* | *34.12* | *246.03* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0401, Вит.B1, мг: 0.22, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 131, Ca, мг: 136, Mg, мг: 66, P, мг: 217,* |
| *Каша из крупы "Геркулес" молочная вязкая со сливочным маслом (918)* | *180.00* | *8.68* | *7.69* | *29.63* | *228.07* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0401, Вит.B1, мг: 0.22, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 131, Ca, мг: 136, Mg, мг: 67, P, мг: 217,* |
| *Какао с молоком (321)* | *210.00* | *3.95* | *4.12* | *15.19* | *114.35* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0222, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 221, Ca, мг: 132, Mg, мг: 36, P, мг: 123,* |
| *Какао с молоком без сахара (322)* | *200.00* | *3.95* | *4.12* | *5.21* | *74.45* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0222, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 221, Ca, мг: 132, Mg, мг: 36, P, мг: 123,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Яйцо куриное сваренное вкрутую (833)* | *40.00* | *4.60* | *5.08* | *0.28* | *62.80* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1040, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 56, Ca, мг: 22, Mg, мг: 5, P, мг: 77, F, мкг: 22,* |
| *Сок томатный (консервы) (339)* | *200.00* | *0.20* | *2.00* | *5.80* | *36.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */* |
| *Фрукты св свежие (апельсины) (295)* | *200.00* | *0.40* | *1.80* | *16.20* | *86.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0160, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 120.00, K, мг: 394, Ca, мг: 68, Mg, мг: 26, P, мг: 46, F, мкг: 340,* |
| *Чернослив порциями (303)* | *75.00* | *0.53* | *1.73* | *43.13* | *192.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0075, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 2.25, K, мг: 648, Ca, мг: 60, Mg, мг: 77, P, мг: 62, Se, мкг: 17.3,* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (276)* | *120.00* | *5.17* | *1.21* | *3.91* | *68.83* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1186, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 25.98, K, мг: 280, Ca, мг: 30, Mg, мг: 22, P, мг: 41, F, мкг: 231,* |
| *Суп рисовый с кабачками на мясном бульоне (37)* | *510.00* | *13.79* | *12.23* | *27.42* | *283.57* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.4419, Вит.B1, мг: 0.13, Вит.B2, мг: 0.19, Вит.C, мг: 24.99, K, мг: 500, Ca, мг: 60, Mg, мг: 52, P, мг: 193, F, мкг: 29, Se, мкг: 0.2,* |
| *Фрикадельки мясные паровые (66)* | *105.00* | *11.80* | *17.69* | *7.68* | *207.71* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0518, Вит.B1, мг: 0.13, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 5.01, K, мг: 38, Ca, мг: 24, Mg, мг: 27, P, мг: 188, F, мкг: 3,* |
| *Макаронные изделия отварные (939)* | *140.00* | *3.83* | *5.43* | *34.61* | *194.70* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0198, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 60, Ca, мг: 31, Mg, мг: 11, P, мг: 46, F, мкг: 11,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Кисель из концентрата с сахаром (905)* | *210.00* |  | *0.13* | *39.52* | *158.70* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 8, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Ватрушка с творогом (910)* | *130.00* | *15.12* | *16.65* | *47.85* | *396.28* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0815, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.19, Вит.C, мг: 0.59, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 168, Ca, мг: 128, Mg, мг: 25, P, мг: 203, F, мкг: 6,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Салат из белокочанной капусты с морковью (784)* | *100.00* | *5.07* | *1.55* | *9.39* | *90.54* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.2024, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 36.01, K, мг: 257, Ca, мг: 41, Mg, мг: 17, P, мг: 30,* |
| *Котлеты куриные (965)* | *95.00* | *13.71* | *16.28* | *14.50* | *247.35* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0482, Вит.B1, мг: 0.17, Вит.B2, мг: 0.10, Вит.C, мг: 1.24, K, мг: 15, Ca, мг: 33, Mg, мг: 19, P, мг: 137,* |
| *Картофельное пюре (II вариант) с 01.03 (978)* | *190.00* | *4.81* | *3.98* | *29.31* | *176.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0258, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 26.45, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 1016, Ca, мг: 41, Mg, мг: 43, P, мг: 117, F, мкг: 53, Se, мкг: 0.7,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Кефир 3,2% ж. (814)* | *200.00* | *6.40* | *5.80* | *8.00* | *118.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0002, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.34, Вит.C, мг: 1.40, K, мг: 292, Ca, мг: 240, Mg, мг: 28, P, мг: 190,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***110.40*** | ***125.10*** | ***411.80*** | ***3199.81*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***118.70*** | ***131.40*** | ***482.60*** | ***3571.41*** |  |

***6 день Суббота - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Яйцо куриное сваренное вкрутую (833)* | *40.00* | *4.60* | *5.08* | *0.28* | *62.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1040, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 56, Ca, мг: 22, Mg, мг: 5, P, мг: 77, F, мкг: 22,* |
| *Каша гречневая молочная вязкая со сливочным маслом (189)* | *200.00* | *8.15* | *7.98* | *27.61* | *216.25* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0453, Вит.B1, мг: 0.25, Вит.B2, мг: 0.24, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 298, Ca, мг: 136, Mg, мг: 95, P, мг: 211, F, мкг: 9,* |
| *Каша гречневая молочная вязкая с сахаром со сливочным маслом (190)* | *200.00* | *8.15* | *7.98* | *32.60* | *236.20* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0453, Вит.B1, мг: 0.25, Вит.B2, мг: 0.24, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 298, Ca, мг: 135, Mg, мг: 95, P, мг: 211, F, мкг: 9,* |
| *Какао с молоком (321)* | *210.00* | *3.95* | *4.12* | *15.19* | *114.35* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0222, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 221, Ca, мг: 132, Mg, мг: 36, P, мг: 123,* |
| *Какао с молоком без сахара (322)* | *200.00* | *3.95* | *4.12* | *5.21* | *74.45* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0222, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 221, Ca, мг: 132, Mg, мг: 36, P, мг: 123,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Сок яблочный (консервы) (341)* | *200.00* | *0.20* | *1.00* | *20.20* | *92.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.02, Вит.C, мг: 4.00, Ca, мг: 14, Mg, мг: 8, P, мг: 14,* |
| *Фрукты свежие (груши) (297)* | *200.00* | *0.59* | *0.79* | *20.39* | *93.06* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0040, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 9.90, K, мг: 307, Ca, мг: 38, Mg, мг: 24, P, мг: 32, F, мкг: 20,* |
| *Чернослив порциями (303)* | *75.00* | *0.53* | *1.73* | *43.13* | *192.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0075, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 2.25, K, мг: 648, Ca, мг: 60, Mg, мг: 77, P, мг: 62, Se, мкг: 17.3,* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Борщ со свежей капустой на мясном бульоне со сметаной с 01.01 (975)* | *510.00* | *15.08* | *14.45* | *32.04* | *323.03* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.3338, Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.24, Вит.C, мг: 67.79, K, мг: 997, Ca, мг: 125, Mg, мг: 76, P, мг: 236, F, мкг: 40, Se, мкг: 0.2,* |
| *Гуляш из отварного мяса (89)* | *115.00* | *18.02* | *15.95* | *4.98* | *245.85* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0158, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.13, Вит.C, мг: 3.75, K, мг: 75, Ca, мг: 21, Mg, мг: 28, P, мг: 187, F, мкг: 5,* |
| *Макаронные изделия отварные (939)* | *140.00* | *3.83* | *5.43* | *34.61* | *194.70* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0198, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.02, K, мг: 60, Ca, мг: 31, Mg, мг: 11, P, мг: 46, F, мкг: 11,* |
| *Салат "Влажский" (928)* | *110.00* | *21.93* | *10.26* | *5.43* | *260.19* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0573, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 4.65, K, мг: 185, Ca, мг: 21, Mg, мг: 9, P, мг: 53, F, мкг: 18, Se, мкг: 0.1,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Кисель из концентрата с сахаром (905)* | *210.00* |  | *0.13* | *39.52* | *158.70* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 8, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Запеканка из творога с морковью добавлением (146)* | *95.00* | *10.07* | *13.50* | *14.54* | *205.88* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.5346, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.27, Вит.C, мг: 1.60, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 155, Ca, мг: 137, Mg, мг: 27, P, мг: 181, F, мкг: 3,* |
| *Запеканка из творога с морковью добавлением без сметаны без сахара (148)* | *85.00* | *8.07* | *13.25* | *8.21* | *161.34* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.5256, Вит.B1, мг: 0.06, Вит.B2, мг: 0.23, Вит.C, мг: 1.55, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 144, Ca, мг: 128, Mg, мг: 26, P, мг: 175, F, мкг: 3,* |
| *Отвар шиповника (342)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *9.66* | *56.80* | ***ВКД(9),*** */ Ca, мг: 9, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| *Напиток из плодов шиповника (778)* | *200.00* | *0.28* | *0.68* | *29.62* | *136.60* | ***ВКД,*** */ Ca, мг: 10, Mg, мг: 2, P, мг: 0,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Салат из квашеной капусты (888)* | *120.00* | *7.98* | *2.05* | *4.84* | *99.67* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.50, K, мг: 9, Ca, мг: 2, Mg, мг: 1, P, мг: 3, F, мкг: 2,* |
| *Рыба (треска) припущенная в молочном соусе (931)* | *175.00* | *6.22* | *26.51* | *5.92* | *185.32* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0488, Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 2.18, Вит.D, мкг: 0.03, K, мг: 79, Ca, мг: 104, Mg, мг: 54, P, мг: 373,* |
| *Картофельное пюре (II вариант) с 01.03 (978)* | *190.00* | *4.81* | *3.98* | *29.31* | *176.80* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0258, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 26.45, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 1016, Ca, мг: 41, Mg, мг: 43, P, мг: 117, F, мкг: 53, Se, мкг: 0.7,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Кефир 3,2% ж. (814)* | *200.00* | *6.40* | *5.80* | *8.00* | *118.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0002, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.34, Вит.C, мг: 1.40, K, мг: 292, Ca, мг: 240, Mg, мг: 28, P, мг: 190,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***133.10*** | ***148.90*** | ***388.10*** | ***3399.41*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***126.40*** | ***143.00*** | ***456.00*** | ***3573.20*** |  |

***7 день Воскресенье - Фтизиатрическое отделение***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Наименование блюда (№ блюда по картотеке)* | *Выход, г* | *жиры* | *белки* | *углеводы* | *ккал* | *Диеты, микроэлементы* |
| ***Завтрак*** | | | | | | |
| *Рыба соленая (горбуша) (125)* | *45.00* | *4.05* | *9.95* |  | *76.05* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0135, Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.07, Вит.C, мг: 0.41,* |
| *Каша пшенная молочная вязкая со сливочным маслом (970)* | *180.00* | *7.63* | *7.83* | *34.22* | *237.65* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0415, Вит.B1, мг: 0.23, Вит.B2, мг: 0.14, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 226, Ca, мг: 125, Mg, мг: 51, P, мг: 188,* |
| *Каша пшенная молочная вязкая с сахаром со сливочным маслом (971)* | *180.00* | *7.63* | *7.83* | *38.71* | *255.61* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0415, Вит.B1, мг: 0.23, Вит.B2, мг: 0.14, Вит.C, мг: 1.17, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 226, Ca, мг: 125, Mg, мг: 51, P, мг: 188,* |
| *Кофе с молоком (313)* | *215.00* | *3.38* | *3.69* | *20.02* | *125.80* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0220, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 146, Ca, мг: 125, Mg, мг: 15, P, мг: 90,* |
| *Кофе с молоком без сахара (314)* | *200.00* | *3.38* | *3.69* | *5.05* | *65.95* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0220, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.15, Вит.C, мг: 1.30, Вит.D, мкг: 0.05, K, мг: 146, Ca, мг: 125, Mg, мг: 15, P, мг: 90,* |
| *Хлеб пшеничный (572)* | *100.00* | *0.80* | *7.60* | *49.20* | *235.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.16, Вит.B2, мг: 0.05, Вит.C, мг: 0.20, K, мг: 93, Ca, мг: 20, Mg, мг: 14, P, мг: 65,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Масло сливочное крестьянское (369)* | *15.00* | *10.88* | *0.12* | *0.20* | *99.15* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0675, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.02, Ca, мг: 4, Mg, мг: 0, P, мг: 5,* |
| ***2 завтрак*** | | | | | | |
| *Сыр "Российский" порциями (I вариант) (158)* | *25.00* | *7.37* | *5.80* |  | *91.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0720, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.18, K, мг: 22, Ca, мг: 220, Mg, мг: 9, P, мг: 125,* |
| *Сок апельсиновый (консервы) (338)* | *200.00* | *0.20* | *1.40* | *26.40* | *120.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0200, Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 100.00,* |
| *Фрукты свежие (яблоки) (899)* | *200.00* | *0.80* | *0.80* | *19.60* | *94.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0100, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 20.00, K, мг: 556, Ca, мг: 32, Mg, мг: 18, P, мг: 22, F, мкг: 16,* |
| *Курага порциями (908)* | *75.00* | *0.23* | *3.90* | *19.13* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */* |
| ***Обед*** | | | | | | |
| *Щи с квашенной капустой (950)* | *510.00* | *13.48* | *13.07* | *16.25* | *239.20* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.6485, Вит.B1, мг: 0.12, Вит.B2, мг: 0.18, Вит.C, мг: 20.09, K, мг: 472, Ca, мг: 59, Mg, мг: 46, P, мг: 176, F, мкг: 22, Se, мкг: 0.2,* |
| *Бефстроганов из отварного мяса (85)* | *105.00* | *21.62* | *17.38* | *6.54* | *290.63* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.1208, Вит.B1, мг: 0.07, Вит.B2, мг: 0.24, Вит.C, мг: 0.95, Вит.D, мкг: 0.03, K, мг: 100, Ca, мг: 83, Mg, мг: 33, P, мг: 230,* |
| *Рис отварной рассыпчатый (176)* | *155.00* | *4.17* | *3.82* | *40.03* | *212.87* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0225, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.03, K, мг: 54, Ca, мг: 14, Mg, мг: 28, P, мг: 83, F, мкг: 27,* |
| *Салат из свеклы с чесноком с 01.01 (973)* | *140.00* | *13.56* | *2.99* | *14.80* | *193.04* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0071, Вит.B1, мг: 0.03, Вит.B2, мг: 0.07, Вит.C, мг: 15.90, K, мг: 446, Ca, мг: 60, Mg, мг: 34, P, мг: 68, F, мкг: 31, Se, мкг: 2.8,* |
| *Кабачки тушеные в сметанном соусе (248)* | *150.00* | *12.54* | *1.79* | *11.52* | *167.38* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0090, Вит.B1, мг: 0.05, Вит.B2, мг: 0.10, Вит.C, мг: 25.10, K, мг: 414, Ca, мг: 38, Mg, мг: 17, P, мг: 31,* |
| *Компот из сухофруктов (347)* | *200.00* |  | *0.75* | *26.31* | *107.85* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 30, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Компот из сухофруктов сушеных без сахара (348)* | *185.00* |  | *0.75* | *11.34* | *48.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0296, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.55, Ca, мг: 29, Mg, мг: 15, P, мг: 19,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| *Хлеб ржаной (898)* | *150.00* | *1.80* | *9.90* | *50.10* | *261.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.27, Вит.B2, мг: 0.12, Вит.C, мг: 0.60, Ca, мг: 110, Mg, мг: 60, P, мг: 188, F, мкг: 53,* |
| ***Полдник*** | | | | | | |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Булочка печеная (на растительном масле) (936)* | *90.00* | *7.58* | *7.97* | *47.98* | *292.13* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0308, Вит.B1, мг: 0.02, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.30, Вит.D, мкг: 0.01, K, мг: 112, Ca, мг: 43, Mg, мг: 14, P, мг: 93, F, мкг: 6,* |
| ***Ужин*** | | | | | | |
| *Винегрет овощной с растительным маслом с 01.01 (974)* | *170.00* | *10.35* | *3.37* | *15.22* | *169.27* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.5031, Вит.B1, мг: 0.10, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 37.05, K, мг: 596, Ca, мг: 72, Mg, мг: 46, P, мг: 92, F, мкг: 35, Se, мкг: 0.2,* |
| *Котлеты мясные паровые (642)* | *110.00* | *14.36* | *17.69* | *7.38* | *229.27* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0009, Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.14, Вит.C, мг: 0.03, K, мг: 14, Ca, мг: 17, Mg, мг: 27, P, мг: 198,* |
| *Соус №331 (955)* | *50.00* | *0.05* | *0.67* | *3.63* | *17.55* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0338, Вит.B1, мг: 0.01, Вит.B2, мг: 0.06, Вит.C, мг: 3.31, K, мг: 65, Ca, мг: 17, Mg, мг: 5, P, мг: 15,* |
| *Каша гречневая рассыпчатая (185)* | *160.00* | *9.59* | *9.03* | *40.67* | *284.78* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0464, Вит.B1, мг: 0.38, Вит.B2, мг: 0.15, K, мг: 270, Ca, мг: 23, Mg, мг: 143, P, мг: 215, F, мкг: 16,* |
| *Чай с сахаром (310)* | *210.00* |  |  | *9.98* | *39.90* | ***ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Чай (309)* | *204.00* |  |  |  |  | ***ВКД(9),*** */ Вит.A, мг: 0.0058, Вит.B1, мг: 0.00, Вит.B2, мг: 0.00, Вит.C, мг: 0.01, K, мг: 17, Ca, мг: 11, Mg, мг: 3, P, мг: 1, Se, мкг: 0.2,* |
| *Хлеб пшеничный (884)* | *50.00* | *0.40* | *3.80* | *24.60* | *117.50* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.08, Вит.B2, мг: 0.03, Вит.C, мг: 0.10, K, мг: 47, Ca, мг: 10, Mg, мг: 7, P, мг: 33,* |
| *Хлеб ржаной (487)* | *50.00* | *0.60* | *3.30* | *16.70* | *87.00* | ***ВКД,*** */ Вит.B1, мг: 0.09, Вит.B2, мг: 0.04, Вит.C, мг: 0.20, Ca, мг: 37, Mg, мг: 20, P, мг: 63, F, мкг: 18,* |
| *Хлеб ржаной (366)* | *100.00* | *1.20* | *6.60* | *33.40* | *174.00* | ***ВКД(9),*** */ Вит.B1, мг: 0.18, Вит.B2, мг: 0.08, Вит.C, мг: 0.40, Ca, мг: 73, Mg, мг: 40, P, мг: 125, F, мкг: 35,* |
| ***21 час*** | | | | | | |
| *Ряженка 4% ж (156)* | *200.00* | *8.00* | *5.60* | *8.40* | *134.00* | ***ВКД(9),ВКД,*** */ Вит.A, мг: 0.0800, Вит.B1, мг: 0.04, Вит.B2, мг: 0.26, Вит.C, мг: 0.60, K, мг: 292, Ca, мг: 248, Mg, мг: 28, P, мг: 184,* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД(9)* | ***133.00*** | ***129.80*** | ***382.40*** | ***3359.75*** |  |
| *Вариант диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета):,ВКД* | ***133.20*** | ***131.30*** | ***500.60*** | ***3752.00*** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Диетсестра* |  |  |