



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 1 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр плавленый	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	2/17,5
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/136/123
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Салат из свежих огурцов, редиса, зеленого лука со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	90/10
Салат из свежих огурцов, редиса, зеленого лука со сметаной протертый	ЩД	100
Солянка домашняя	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/6
Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной	ОВД;	300/20/5
Суп-пюре из цветной капусты	ЩД	300
Шницель мясной	ВБД; Инд; ОВД(10);	100
Рыба (филе горбуши), отварная с овощами	ОВД;	76/65
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	ОВД(10);	150
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Мармелад	Инд; ОВД; ОВД(10);	2/37
Творожок	ЩД	140
Мармелад диабетический	ВБД;	2/28
Ужин		
Оладьи на молоке	Инд; ОВД; ОВД(10);	120
Варенье*	Инд; ОВД; ОВД(10);	20

Суфле творожное паровое*	ЩД	150
Суфле творожное паровое б/с	ВБД;	140
Сметана**	ВБД; ЩД	20
Филе куриной грудки отварное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Макаронные изделия отварные с тертым сыром	Инд; ОВД; ОВД(10);	175/5/20
Рагу из овощей	ВБД;	150
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	150



ТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 2 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	40
Сыр порциями тертый*	ЩД	40
Сосиски отварные*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	63
Каша пшенная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205/5
Каша пшенная молочная без сахара	ВБД;	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ЩД	205/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Апельсины	ВБД; ОВД; ОВД(10);	241/161
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ЩД	150
Обед		
Винегрет с овощной с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Винегрет с овощной с растительным маслом протертый	ЩД	150
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/15/5
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	ОВД;	300/30
Суп-пюре из сборных овощей	ЩД	300
Бефстроганов из филе куриных грудок	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	50/55
Суфле из отварной куриной грудки паровое	ЩД	90
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша гречневая вязкая на воде	ЩД	200/5
Напиток из свежемороженых ягод (брусника) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из кураги без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Ватрушка с творогом и изюмом	Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Суфле творожное паровое	ЩД	150
Печенье диабетическое	ВБД;	3/29
Ужин		
Икра кабачковая	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	80/3
Баранина тушенная с овощами	ОВД(10);	55/200

Ужин		
Томаты в собственном соку*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	100
Шницель мясной рубленый	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Рагу из овощей	Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Каша перловая отварная	ВБД;	150
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Ряженка	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	149

Ёжики мясные в сметанном соусе	ВБД; Инд; ОВД;	110/25
Котлеты мясные паровые запеченные в молочном соусе	ЩД	110/35
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ЩД	150
Овощной гарнир	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Кефир	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 3 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Буженина	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	42
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	ЩД	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из св. огурцов с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	145/5
Салат из св. огурцов с растительным маслом протертый	ЩД	145/5
Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	300/30/5
Суп-пюре из риса с мясом	ЩД	300
Рыба жареная в растительном масле	Инд; ОВД; ОВД(10);	125
Рыба отварная	ВБД;	125
Тефтели мясные паровые в томатном соусе	ЩД	100
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Брокколи отварная с маслом	ВБД;	155/5
Капуста цветная отв. протертая	ЩД	150/5
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Конфеты суфле	Инд; ОВД; ОВД(10);	30
Конфеты диабетические	ВБД;	2/31
Йогурт	ЩД	125
Ужин		

Салат "Столичный"	ВБД; Инд; ОВД(10);	130/10
Салат из свеклы с растительным маслом	ОВД; ЩД	95/5
Котлеты особые	Инд; ОВД(10);	100
Биточки мясные паровые	ВБД; ОВД;	100
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Рис отварной с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	150/5
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Каша рисовая вязкая на воде	ЩД	200/5
Чай с лимоном с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200/7/15
Чай с лимоном без сахара	ВБД;	200/7
Чай с сахаром	Инд;	200/15
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Простокваша	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 4 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр плавленый	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	2/17,5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша пшеничная молочная с сахаром	ЩД	205
Каша пшеничная молочная без сахара	ВБД;	195/5
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Мандарины	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	2/180/133
Яблоки свежие	Инд;	2/200/176
Обед		
Салат из квашеной капусты и моркови с раст. маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	80/5
Салат из квашеной капусты и моркови с раст. маслом протертый	ЩД	80/5
Суп гороховый с картофелем и мясом	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/20
Суп крестьянский с пшеном со сметаной	ОВД;	300/5
Суп с мелкошинкованными овощами протертый со сметаной	ЩД	300/5
Жаркое по домашнему с говядиной	ВБД; Инд; ОВД(10);	200
Рулет мясной, фаршированный пл.сыром, паровой	ОВД;	125
Жаркое по домашнему с говядиной протертое	ЩД	200
Пюре картофельное со сливочным маслом		150
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (клубника) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Пудинг творожный запеченный с вареньем	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150/10
Пудинг творожный запеченный без сахара со сметаной	ВБД;	140/20
Ужин		

Салат "Крабовый"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/10
Салат "Крабовый" протертый	ЩД	110
Плов (баранина)	Инд; ОВД; ОВД(10);	260
Шницель мясной рубленный	ВБД;	100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Каша перловая отварная	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ЩД	152
Сок томатный	ВБД; ОВД(10);	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 5 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса вареная порциями*	ВБД; Инд; ОВД;	43
Колбаса п /копченая *	ОВД(10);	43
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша гречневая молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205/5
Каша гречневая молочная вязкая протертая с сахаром	ЩД	195/5
Каша гречневая молочная без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Яблоко печеное	Инд; ОВД; ОВД(10);	123
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	ЩД	150
Яблоко печеное без сахара	ВБД;	120
Обед		
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с раст. маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/7
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с р/м протертый	ЩД	100/7
Щи из шпината с яйцом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	300/12
Суп-пюре из птицы с рисом	ЩД	300
Баранина тушенная с овощами	ОВД;	55/200
Филе индейки, тушеное в томатном соусе	ВБД; Инд; ОВД(10);	100
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Макаронны отварные с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	160/20/5
Капуста цветная отв. протертая	ЩД	150/5
Капуста жареная	ВБД;	150
Компот из свежих яблок с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из свежих яблок без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Печенье	Инд; ОВД; ОВД(10);	3/34
Йогурт	ЩД	125
Печенье диабетическое	ВБД;	3/31

<i>Ужин</i>		
Сырники запеченные со сметаной	Инд; ОВД;	117/20
Сырники запеченные со сметаной без сахара	ВБД;	107/20
Омлет паровой*	ОВД(10); ЩД	115
Пельмени отварные со сметаной	Инд; ОВД; ОВД(10);	200/20
Котлеты мясные паровые*	ЩД	110
Рагу из отварной птицы с овощами	ВБД;	215
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Био Йогурт питьевой без добавок	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 6 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	40
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша "Дружба" молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	ЩД	200/5
Каша пшенная молочная без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	3/119
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Икра кабачковая	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	80/3
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	300/15/5
Суп-пюре из птицы	ЩД	300
Филе индейки, тушеное в томатном соусе	ВБД; Инд; ОВД(10);	100
Азу*	ОВД;	115
Суфле из отварной птицы (индейка) паровое	ЩД	100
Макаронные изделия отварные	Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша перловая отварная	ВБД;	150
Капуста цветная запеченная протертая	ЩД	185/3
Напиток из свежемороженых ягод (брусника) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (брусника) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Зефир	Инд; ОВД; ОВД(10);	47
Йогурт	ЩД	125
Зефир диабетический	ВБД;	33
Ужин		
Салат из свежих помидоров и зеленого лука с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150

Салат из свежих помидоров и зеленого лука с растительным маслом протертый	ЩД	150
Биточки рубленые из птицы паровые (индейка)	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Пюре из отварного мяса	ЩД	100
Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	Инд; ОВД(10);	150
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Ряженка	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	149



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

1 неделя 7 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Ветчина	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	38
Яйцо куриное варёное*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Вермишель молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ЩД	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Кулич пасхальный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из свежих огурцов, редиса, зеленого лука со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	110/15
Салат из свежих огурцов, редиса, зеленого лука со сметаной протертый	ЩД	125
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/15/5
Суп перловый с овощами вегетарианский со сметаной	ОВД;	300/5
Суп-пюре из цветной капусты	ЩД	300
Рыба жареная в растительном масле	ВБД; Инд; ОВД(10);	100
Рыба отварная	ОВД;	100
Пюре из отварной рыбы	ЩД	100
Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	Инд; ОВД(10);	150
Брокколи отварная с маслом	ВБД;	155/5
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Отвар шиповника с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Отвар шиповника	ВБД;	200
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Конфеты суфле	Инд; ОВД; ОВД(10);	32
Йогурт	ЩД	125

Конфеты диабетические	ВБД;	2/32
Ужин		
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с раст. маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/7
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с р/м протертый	ЩД	100/7
Грудка индейки жареная в кляре	ОВД(10);	115
Индейка по-строгановски	ВБД; Инд; ОВД;	100
Суфле из отварной птицы (индейка) паровое	ЩД	100
Рис отварной рассыпчатый	Инд; ОВД(10);	150/5
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Рагу из овощей	ВБД; ОВД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	148



ПРИТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 1 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр порциями тертый**	ЩД	45
Сосиски отварные*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	62
Каша манная молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (груша) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (груша) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из сборных овощей с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	130/5
Салат из сборных овощей с растительным маслом протертый	ЩД	130/5
Суп харчо с бараниной	Инд; ОВД(10);	300/30
Суп рыбный (горбуша) с крупой и картофелем	ВБД; ОВД;	300/30
Суп-пюре из риса с мясом	ЩД	300
Куры жареные	Инд; ОВД(10);	100
Цыпленок отварной	ВБД; ОВД;	100
Суфле из отварной курицы паровое	ЩД	90
Макаронные изделия отварные с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	160/20/5
Баклажаны тушеные с помидорами	ВБД;	170
Капуста цветная отв. протертая	ЩД	150/5
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Вафли	Инд; ОВД; ОВД(10);	2/38
Йогурт	ЩД	125
Вафли диабетические	ВБД;	38
Ужин		
Омлет паровой	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	60

Шницель свиной натуральный жареный	Инд; ОВД(10);	91
Оладьи из говяжьей печени*	ВБД; ОВД;	105
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Рагу из овощей	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10);	149
Сок томатный	ВБД; ЩД	150

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 2 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса вареная порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	50
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша пшенная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	205/5
Каша пшенная молочная без сахара	ВБД;	200/5
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Апельсины		1/148/99
Груши		1/200/179
Обед		
Сельдь с луком и растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Сельдь рубленая с растительным маслом	ЩД	55/5
Суп вермишелевый с курицей	Инд; ОВД; ОВД(10);	300/30
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	ВБД;	300/15/5
Суп-пюре из печени	ЩД	300
Котлеты мясные паровые*	Инд; ОВД;	110
Плов (баранина)	ВБД; ОВД(10);	260
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Рис отварной с овощами	Инд; ОВД;	150/5
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Ватрушка с творогом и изюмом	Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Йогурт	ЩД	125
Зефир диабетический	ВБД;	33
Ужин		
Салат из свежих огурцов, зеленого лука с яйцом и сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Салат из свежих огурцов, зеленого лука с яйцом и сметаной протертый	ЩД	150
Биточки мясные паровые	ВБД; ОВД; ЩД	100

Брокколи отварная с маслом	ВБД;	155/5
Пюре картофельное со сливочным маслом*	ОВД; ЩД	200
Запеканка картофельная, фаршированная отварным протертым мясом	Инд; ОВД(10);	200/4
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Кефир	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	151



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический
центр «Люблино»

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 3 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Яйцо куриное варёное	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	50
Сыр плавленый	Инд;	2/17,5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	ЩД	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Какао с молоком с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Какао с молоком без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/136/123
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Салат из свеклы с сыром и чесноком с майонезом	ВБД; Инд; ОВД(10);	85/15
Салат из свеклы с сыром со сметаной	ОВД;	85/15
Салат из протертой свеклы с раст. маслом	ЩД	100
Суп рыбный (горбуша) с крупой и картофелем	ВБД; ОВД(10);	300/30
Суп крестьянский с рисом со сметаной	Инд; ОВД;	300/5
Суп-пюре из риса с мясом	ЩД	300
Азу	ВБД; ОВД(10);	100
Котлеты мясные паровые*	Инд; ОВД; ЩД	110
Макароны отварные с овощами	ОВД(10);	160/20/5
Баклажаны тушеные с помидорами	ВБД;	170
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ЩД	150
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (клубника) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Сырок творожный глазированный*	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Сыр плавленый	ВБД;	2/17,5
Ужин		
Салат овощной с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	140

Салат овощной с растительным маслом протертый	ЩД	140
Грудка индейки жареная в кляре	ВБД; ОВД(10);	115
Котлеты из филе индейки паровые	Инд; ОВД; ЩД	100
Капуста цветная жареная в сухарях	Инд; ОВД(10);	160
Капуста цветная запеченая в омлете	ВБД; ОВД;	200
Капуста цветная запеченая протертая	ЩД	185/3
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Простокваша	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	152



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 4 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса вареная порциями**	ВБД; Инд; ОВД;	50
Колбаса п /копченая**	ОВД(10);	50
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Вермишель молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205
Каша гречневая молочная вязкая протертая с сахаром	ЩД	195/5
Каша гречневая молочная без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Мандарины	ВБД; ОВД; ОВД(10);	2/198/146
Груши	Инд;	200/180
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Салат из моркови, яблок со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	135
Салат из моркови, яблок со сметаной протертый	ЩД	135
Борщ украинский с мясом и сметаной	ВБД; ОВД(10);	300/20/5
Суп фасольный вегетарианский со сметаной	Инд; ОВД;	300/5
Суп-пюре из сборных овощей	ЩД	300
Плов (баранина)	Инд; ОВД(10);	260
Котлеты мясные паровые	ВБД; ОВД; ЩД	100
Рис отварной с овощами	ОВД;	150/5
Баклажаны тушеные с помидорами	ВБД;	170
Пюре из гороха	ЩД	150/5
Напиток из свежемороженых ягод (брусника) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (брусника) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Оладьи на молоке	ОВД(10);	120
Варенье*	ОВД(10);	20

Суфле творожное паровое с сахаром со сметаной	Инд; ОВД; ЩД	120/10
Суфле творожное паровое б/с со сметаной	ВБД;	115/10
Ужин		
Омлет паровой	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	60
Огурец свежий*	Инд;	100
Рыба жареная в растительном масле*	ВБД; ОВД(10);	125
Фрикадельки рыбные (филе трески)	Инд; ОВД;	100
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель отварной с зеленью укропа и маслом	Инд; ОВД(10);	190/10/10
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная	ВБД;	200
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический
центр "Люблино"
Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 5 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	35
Сыр порциями тертый*	ЩД	40
Сардельки отварные	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	112
Каша пшеничная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	205
Каша пшеничная молочная без сахара	ВБД;	195/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из свеклы, яблок, чернослива с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Салат из свеклы, яблок, чернослива протертый с растительным маслом	ЩД	150
Суп из сборных овощей со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	300/5
Суп-пюре из цветной капусты	ЩД	300
Поджарка из свинины	Инд; ОВД(10);	50/15
Бефстроганов из филе куриных грудок	ВБД; ОВД;	50/55
Пюре из отварного мяса	ЩД	100
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша гречневая вязкая на воде	ЩД	200/5
Напиток клюквенный с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток клюквенный без сахара	ВБД;	200
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Булочка	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	90
Йогурт	ЩД	125
Ужин		
Салат "рыбный" с горбушей	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	115
Салат "рыбный" с горбушей протертый	ЩД	115
Язык отварной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Язык отварной протертый	ЩД	95
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150

Брокколи отварная с маслом	ВБД;	155/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Био Йогурт питьевой без добавок	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	148



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 6 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Ветчина	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	42
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша "Дружба" молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша "Дружба" молочная без сахара	ВБД;	200
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/136/122
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Томаты в собственном соку**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Помидоры свежие* протертые	ЩД	100
Суп харчо с бараниной	ВБД; ОВД(10);	300/30
Суп картофельный с мясными фрикадельками	Инд; ОВД;	300/30
Суп перловый с овощами вегетарианский протёртый со сметаной	ЩД	300/5
Котлеты рыбные паровые	ВБД; ОВД(10);	105
Котлеты из филе индейки паровые	Инд; ОВД;	100
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель отварной с зеленью укропа и маслом	Инд; ОВД(10);	190/10/10
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Рагу из овощей	ВБД;	150
Отвар шиповника с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Отвар шиповника	ВБД;	200
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Блинчики с вареньем	Инд; ОВД; ОВД(10);	63
Йогурт	ЩД	125
Печенье диабетическое	ВБД;	3/29
Ужин		
Салат "Столичный"*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	160/15

Салат "Столичный"* протертый	ЩД	160/15
Запеканка творожная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	100
Солянка с колбасой	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	245
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Каша пшенная вязкая на воде	ЩД	200/5
Чай с лимоном с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200/7/15
Чай с лимоном без сахара	ВБД;	200/7
Чай с сахаром	Инд;	200/15
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Ряженка	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

2 неделя 7 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	40
Сырки глазированные	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ОВД(10);	205/5
Каша ячневая молочная с сахаром	Инд; ОВД; ЩД	215/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Какао с молоком с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Какао с молоком без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с сахаром с растительным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10);	130/10
Салат из б/к капусты, моркови, яблок протертый с растительным маслом	ЩД	130/10
Салат из б/к капусты, моркови, яблок с растительным маслом	ВБД;	130/10
Суп фасолевый вегетарианский со сметаной	Инд; ОВД; ОВД(10);	300/5
Щи из шпината с яйцом со сметаной	ВБД;	300/12
Суп-пюре из тыквы	ЩД	300
Жаркое по домашнему с говядиной*	Инд; ОВД(10);	260
Рагу овощное с отварным мясом	ВБД; ОВД;	250
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Капуста цветная отв.протертая	ЩД	150/5
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Мармелад	Инд; ОВД; ОВД(10);	2/37
Йогурт	ЩД	125
Мармелад диабетический	ВБД;	2/28

Ужин		
Винегрет с овощной с растительным маслом	Инд; ОВД(10);	150
Салат из свеклы с растительным маслом	ЩД	95/5
Салат из протертой свеклы с раст. маслом	ВБД; ОВД;	100
Индейка по-строгановски	ВБД; ОВД(10);	100
Котлеты мясные паровые*	Инд; ОВД; ЩД	110
Картофель отварной с пассерованным луком с раст. маслом	Инд; ОВД;	165
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; ОВД(10);	200/5
Каша рисовая вязкая на воде	ЩД	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД,	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	150



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 1 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр порциями тертый**	ЩД	45
Каша манная молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ЩД	200/5
Каша ячневая молочная с сахаром	ОВД(10);	215/5
Каша ячневая молочная без сахара	ВБД;	210/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (киви) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из соленых огурцов с луком	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	140
Икра кабачковая	ЩД	80/3
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	Инд; ОВД; ОВД(10);	300/15/5
Суп рыбный (горбуша) с крупой и картофелем	ВБД;	300/30
Суп-пюре из риса с мясом	ЩД	300
Котлеты особые	Инд; ОВД(10);	100
Котлеты мясные паровые*	ВБД; ОВД; ЩД	110
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД(10); ЩД	150
Макароны отварные с овощами	ОВД;	160/20/5
Овощной гарнир	ВБД;	150
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Булочка с изюмом с маком печеная	Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Йогурт	ЩД	125
Печенье диабетическое	ВБД;	3/30
Ужин		
Салат из моркови с сахаром и сметаной	Инд; ОВД; ОВД(10);	104/16
Салат из моркови со сметаной без сахара	ВБД;	100/16
Салат из моркови с сахаром и сметаной протертый	ЩД	104/16
Баранина тушенная с овощами	Инд; ОВД(10);	55/200
Тефтели мясные паровые в томатном соусе	ВБД; ОВД; ЩД	100

Рагу из овощей	ВБД; ОВД;	150
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Чай с лимоном с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200/7/15
Чай с лимоном без сахара	ВБД;	200/7
Чай с сахаром	Инд;	200/15
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический
 Департамента
 труда и социальной
 защиты населения
 города Москвы
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 2 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Сосиски отварные*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	60
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД(10); ЩД	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Каша "Дружба" молочная вязкая с сахаром	ОВД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Апельсины	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	122/81
Яблоки свежие зеленые	Инд;	150/132
Обед		
Салат из редиса, зеленого лука, яйца с р/м	ВБД; ОВД; ОВД(10);	100/8
Салат из редиса, зеленого лука, яйца с р/м	ЩД	108
Томаты в собственном соку*	Инд;	100
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/15/5
Суп перловый с овощами вегетарианский со	ОВД;	300/5
Суп перловый с овощами вегетарианский	ЩД	300/5
Гуляш из отварного мяса	ВБД; Инд; ОВД(10);	115
Индейка тушеная в соусе	ОВД;	50/50
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Каша гречневая рассыпчатая с жареным луком	ОВД(10);	145/10/5
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; Инд; ОВД;	200/5
Каша гречневая вязкая на воде	ЩД	200/5
Напиток клюквенный с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (брусника)	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Вафли	Инд; ОВД; ОВД(10);	2/39
Йогурт	ЩД	125
Печенье диабетическое	ВБД;	3/29
Ужин		
Салат из моркови с изюмом и сметаной	Инд; ОВД; ОВД(10);	115/20
Салат из моркови с изюмом и сметаной б/с	ВБД;	110/20
Салат из моркови с изюмом и сметаной	ЩД	115/20
Запеканка творожная с вареньем	Инд; ОВД; ОВД(10);	140/10
Суфле творожное паровое с сахаром со сметаной	ЩД	140/10

Суфле творожное паровое б/с со сметаной	ВБД;	135/10
Жаркое из индейки	ВБД; Инд; ОВД(10);	245
Жаркое из индейки протертое	ЩД	245
Фрикадели мясные паровые в молочном соусе	ОВД;	110/30
Капуста тушеная в томатном соусе	ОВД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Кефир	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 3 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса п /копченая**	ОВД(10);	51
Колбаса вареная порциями**	ВБД; Инд; ОВД;	50
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша гречневая молочная вязкая протертая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	195/5
Каша гречневая молочная вязкая протертая без сахара	ВБД;	190/5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ЩД	205/5
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из квашеной капусты и моркови с раст. маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	80/5
Салат из квашеной капусты и моркови с раст. маслом протертый	ЩД	80/5
Суп из сборных овощей со сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/5
Суп картофельный с мясными фрикадельками	ОВД;	300/30
Суп-пюре из печени	ЩД	300
Поджарка из свинины	Инд; ОВД(10);	50/15
Котлеты мясные "Чудный день" запеченные	ВБД; ОВД;	100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Макаронны отварные с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	160/20/5
Рагу из овощей	ВБД;	150
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Творожок	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	140

Зефир диабетический	ВБД;	34
Ужин		
Икра кабачковая	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	100
Рыба жареная в растительном масле	ОВД(10);	125
Рыба отварная	ВБД; Инд; ОВД;	125
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель жареный на растительном масле	ОВД(10);	200
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Простокваша	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	147



МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 4 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Омлет паровой	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	60
Сыр плавленый	Инд;	2/17,5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Какао с молоком с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Какао с молоком без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Мандарины	ОВД; ОВД(10); ЩД	2/163/120
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	ВБД;	150
Яблоко печеное	Инд;	145
Обед		
Томаты в собственном соку*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	100
Суп гороховый с картофелем и мясом	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/20
Суп перловый с овощами вегетарианский со сметаной	ОВД;	300/5
Суп из сборных овощей с мелкошинкованными овощами протёртый со сметаной	ЩД	300/5
Куры жареные	ОВД(10);	100
Курица отварная	ВБД; Инд; ОВД;	100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Капуста цветная запеченая	ВБД;	185/3
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Мармелад	Инд; ОВД; ОВД(10);	2/36
Йогурт	ЩД	125
Мармелад диабетический	ВБД;	2/27
Ужин		
Салат "Крабовый"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/10
Салат "Крабовый" протертый	ЩД	110
Шницель свиной натуральный жареный	ВБД; Инд; ОВД(10);	91

Рулет мясной, фаршированный пл.сыром, паровой	ОВД; ЩД	125
Макаронные изделия отварные	Инд; ОВД; ОВД(10);	155/5
Капуста тушеная в сметанном соусе	ВБД;	150
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический

центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 5 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Яйцо куриное варёное	ВБД; ОВД; ОВД(10);	50
Омлет паровой	ЩД	60
Сыр плавленый	Инд;	2/17,5
Каша пшенная молочная с сахаром	ОВД(10);	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ЩД	205/5
Каша пшенная молочная без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	ЩД	150
Яблоки свежие зеленые	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	149/131
Обед		
Сельдь с луком и растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Филе сельди	ЩД	50/5/5
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; ОВД(10);	300/15/5
Суп вермишелевый с курицей	Инд; ОВД;	300/30
Суп-пюре из птицы	ЩД	300
Ёжики мясные в сметанном соусе	Инд; ОВД(10);	110/25
Тефтели мясные паровые в томатном соусе	ОВД; ЩД	100
Гуляш из отварного мяса	ВБД;	115
Картофель отварной с зеленью укропа и маслом	Инд; ОВД(10);	190/10/10
Капуста цветная жареная в сухарях	ВБД; ОВД;	160
Капуста цветная отв.протертая	ЩД	150/5
Напиток лимонный с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток лимонный без сахара	ВБД;	200
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Печенье овсяное	Инд; ОВД; ОВД(10);	23
Йогурт	ЩД	125
Печенье диабетическое	ВБД;	3/29
Ужин		
Икра из баклажан (промышленного про-ва)	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	80/3
Жаркое по домашнему со свиной	Инд; ОВД(10);	150/50

Котлеты из филе индейки паровые	ВБД; ОВД; ЩД	100
Рагу из овощей	ВБД; ОВД;	150
Рагу из овощей протертое	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Био Йогурт питьевой	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 6 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Ветчина	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	41
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша пшеничная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205
Каша пшеничная молочная без сахара	ВБД;	195/5
Каша ячневая молочная с сахаром	ЩД	215/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/137/124
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Салат из редиса, зеленого лука, яйца с р/м	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/8
Салат из редиса, зеленого лука, яйца с р/м протертый	ЩД	113
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/15/5
Суп картофельный с мясными фрикадельками	ОВД;	300/30
Суп-пюре из сборных овощей	ЩД	300
Котлеты рыбные жареные в раст.масле	ОВД(10);	110
Котлеты из филе индейки паровые	ОВД;	100
Котлеты рыбные паровые	ВБД; Инд; ЩД	105
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Капуста цветная запеченая	ВБД;	185/3
Компот из сухофруктов с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из сухофруктов без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Оладьи с джемом	Инд; ОВД; ОВД(10);	150/20
Йогурт	ЩД	125
Конфеты диабетические	ВБД;	30
Ужин		
Зеленый горошек с раст. маслом*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100/5
Омлет паровой	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	60

Сердце отварное в соусе	ЩД	75/45
Фрикадели мясные паровые в молочном соусе	Инд; ОВД; ЩД	110/30
Рис отварной рассыпчатый	Инд; ОВД; ОВД(10);	150/5
Каша рисовая вязкая на воде	ЩД	200/5
Овощной гарнир	ВБД;	150
Чай с лимоном с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200/7/15
Чай с лимоном без сахара	ВБД;	200/7
Чай с сахаром	Инд;	200/15
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Ряженка	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	149



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический
 центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

3 неделя 7 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сосиски отварные*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	50
Сыр порциями тертый**	ЩД	45
Каша "Дружба" молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша "Дружба" молочная без сахара	ВБД;	200
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из квашеной капусты и моркови с раст. маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	80/5
Икра из баклажан (промышленного про-ва)	ЩД	80/3
Суп рыбный (горбуша) с крупой и картофелем	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/30
Суп крестьянский с пшеном со сметаной	ОВД;	300/5
Суп-пюре из тыквы	ЩД	300
Печень по-строгановски	ВБД; ОВД(10);	50/40
Котлеты мясные паровые запеченные в молочном соусе	Инд; ОВД;	110/35
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Макаронные отварные с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	160/20/5
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД;	200/5
Каша гречневая вязкая на воде	ЩД	200/5
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Суфле творожное паровое с сахаром с джемом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	125/20
Суфле творожное паровое б/с со сметаной	ВБД;	120/10
Ужин		
Огурец свежий	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	50

Огурец свежий протертый	ЩД	50
Грудка индейки жареная в кляре	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	115
Суфле из отварной курицы паровое	ЩД	90
Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Рагу из овощей	ВБД;	150
Капуста цветная отв.протертая	ЩД	150/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 1 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса вареная порциями*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	41
Сыр плавленый	ЩД	2/17,5
Каша пшенная молочная с сахаром	Инд; ОВД(10); ЩД	205/5
Каша ячневая молочная с сахаром	ОВД;	215/5
Каша ячневая молочная без сахара	ВБД;	210/5
Какао с молоком с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Какао с молоком без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие		2/144/130
Пюре фруктовое (киви) с сахаром		150
Обед		
Лечо	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	80/3
Лечо протертое	ЩД	80/3
Борщ украинский с мясом и сметаной	ВБД; Инд; ОВД;	300/20/5
Суп фасольный вегетарианский со сметаной	ОВД(10);	300/5
Суп- пюре из зеленого горошка и моркови	ЩД	300
Куры жареные	ОВД(10);	100
Курица отварная	ВБД; Инд; ОВД;	100
Суфле из отварной курицы паровое	ЩД	90
Картофель жареный на растительном масле	Инд; ОВД(10);	200
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Сосиска запеченная в тесте	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Йогурт	ЩД	125
Ужин		
Винегрет с овощной с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150

Винегрет с овощной с растительным маслом протертый	ЩД	145
Рыба жареная в растительном масле	ВБД; Инд; ОВД(10);	125
Пельмени со сметаной	ОВД;	150/10
Пюре из отварного мяса	ЩД	100
Капуста цветная жареная в сухарях	ВБД; Инд; ОВД(10);	160
Каша ячневая вязкая на воде	ЩД	215/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Сок томатный	ВБД; ЩД	153



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 2 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр плавленый	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	2/17,5
Каша рисовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша манная молочная вязкая с сахаром	ЩД	200/5
Каша геркулесовая молочная с яблоками без сахара	ВБД;	200/20/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Апельсины	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	83/124
Яблоки свежие зеленые	Инд;	130/150
Обед		
Салат из моркови, яблок со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	135
Салат из моркови, яблок со сметаной протертый		135
Борщ украинский с мясом и сметаной	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/20/5
Суп рисовый с мелкошинкованными овощами вегетарианский со сметаной	ОВД;	300/5
Суп-пюре из печени	ЩД	300
Говядина в кисло-сладком соусе	ВБД; Инд; ОВД(10);	48/75
Котлеты мясные паровые*	ОВД; ЩД	110
Макароны отварные с овощами	Инд; ОВД; ОВД(10);	160/20/5
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД;	200/5
Капуста цветная отв. протертая	ЩД	150/5
Напиток клюквенный с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток клюквенный без сахара	ВБД;	200
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Суфле творожное паровое с сахаром с джемом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	120/20
Суфле творожное паровое б/с со сметаной	ВБД;	115/10
Ужин		
Салат "Столичный"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	130/10
Салат "Столичный" протертый	ЩД	130/10
Изделия колбасные отварные	ВБД; ОВД(10);	107

Язык отварной	Инд; ОВД;	100
Язык отварной протертый	ЩД	95
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Чай с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД; Инд;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Кефир	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 3 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр порциями тертый**	ЩД	45
Каша пшеничная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	205
Каша пшеничная молочная без сахара	ВБД;	195/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/137/152
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Огурец свежий*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Огурец свежий протертый*	ЩД	100
Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	ВБД; ОВД(10);	300/15/5
Суп грибной с вермишелью со сметаной	Инд; ОВД;	300/5
Суп грибной с вермишелью протертый	ЩД	300/5
Котлеты рыбные жареные в раст.масле	ОВД(10);	110
Котлеты рыбные паровые	ВБД; Инд; ОВД;	105
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель отварной с зеленью укропа и маслом	Инд; ОВД(10);	190/10/10
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Овощной гарнир	ВБД;	150
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Компот из кураги без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Хачапури с сыром*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	130
Йогурт	ЩД	125
Ужин		
Салат овощной с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	140

Салат овощной с растительным маслом протертый	ЩД	140
Пельмени отварные со сметаной		200/20
Котлеты особые		100
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Капуста цветная запеченая в омлете		200
Капуста цветная отв.протертая	ЩД	150/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Простокваша	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	147



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 4 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса п /копченая *	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	40
Сыр плавленый	Инд; ЩД	2/17,5
Яйцо куриное варёное	ВБД; ОВД; ОВД(10);	50
Омлет паровой	ЩД	60
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ОВД(10); ЩД	205/5
Суп молочный с вермишелью	Инд; ОВД;	300
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Кофейный напиток с молоком и сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Кофейный напиток с молоком без сахара	ВБД;	200/15
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Мандарины	ВБД; ОВД; ОВД(10); ЩД	2/176/130
Киви свежие	Инд;	2/200/180
Обед		
Лечо	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	80/3
Огурец свежий протертый*	ЩД	100
Суп гороховый с картофелем и мясом	ВБД; Инд; ОВД(10);	300/20
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	ОВД;	300/30
Суп-пюре из тыквы	ЩД	300
Куры жареные	ОВД(10);	100
Курица отварная	ВБД; Инд; ОВД;	100
Суфле из отварной куриной грудки паровое	ЩД	90
Капуста цветная жареная в сухарях	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	160
Капуста цветная отв.протертая	ЩД	150/5
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Конфеты суфле	Инд; ОВД; ОВД(10);	31
Конфеты диабетические	ВБД;	2/34
Йогурт	ЩД	125
Ужин		

Икра кабачковая	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	100
Оладьи из говяжьей печени*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	105
Картофель жареный на растительном масле	Инд; ОВД(10);	200
Пюре картофельное со сливочным маслом	ОВД; ЩД	150
Каша перловая отварная	ВБД;	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
<i>Второй ужин</i>		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Сок томатный	ВБД;	161



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"
 Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 5 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сырки глазированные*	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	90
Сыр плавленый	ВБД;	2/17,5
Каша пшенная молочная с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10);	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	ЩД	205/5
Каша пшенная молочная без сахара	ВБД;	200/5
Какао с молоком с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Какао с молоком без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Яблоко печеное	Инд; ОВД; ОВД(10);	132
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	ЩД	150
Яблоко печеное без сахара	ВБД;	128
Обед		
Салат "Сельдь под шубой"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	120/20
Салат "Сельдь под шубой" протертый	ЩД	120/20
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	300/15/5
Суп-пюре из зеленого горошка	ЩД	300
Котлеты мясные "Чудный день" запеченные	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Пюре из отварного мяса	ЩД	100
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Рис отварной рассыпчатый	Инд; ОВД; ОВД(10);	150/5
Овощной гарнир	ВБД;	150
Напиток апельсиновый с сахаром	ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) с сахаром	Инд;	200
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Пирожки с мясом печеные	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Йогурт	ЩД	125
Ужин		
Салат из свежих огурцов, зеленого лука с яйцом и сметаной	ВБД; ОВД; ОВД(10);	120

Салат из свежих огурцов, зеленого лука с яйцом и сметаной протертый	ЩД	120
Огурец свежий*	Инд;	100
Филе индейки, тушеное в томатном соусе	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	100
Суфле из отварной курицы паровое	ЩД	90
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Био Йогурт питьевой без добавок	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Е.Л.Тягачева

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 6 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Колбаса вареная порциями*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	40
Сыр порциями тертый*	ЩД	40
Каша манная молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/5
Каша пшеничная молочная без сахара	ВБД;	195/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Киви свежие	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	2/120/134
Пюре фруктовое (киви) с сахаром	ЩД	150
Обед		
Салат из квашеной капусты и моркови с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	130
Салат из квашеной капусты и моркови с растительным маслом протертый	ЩД	130
Суп картофельный с мясными фрикадельками	Инд; ОВД(10);	300/30
Суп перловый с овощами вегетарианский со сметаной	ВБД; ОВД;	300/5
Суп-пюре из птицы	ЩД	300
Рыба жареная в растительном масле	ВБД; Инд; ОВД(10);	125
Гуляш из отварного мяса	ОВД;	115
Суфле из отварной рыбы (филе трески) паровое	ЩД	100
Картофель отварной с зеленью укропа и маслом	ОВД(10);	190/10/10
Пюре картофельное со сливочным маслом	Инд; ОВД; ЩД	150
Капуста тушеная в томатном соусе	ВБД;	150
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (клубника) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Блинчики	Инд; ОВД; ОВД(10);	65
Зефир диабетический	ВБД;	32
Йогурт	ЩД	125

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ

4 неделя 7 день

ГБУ Геронтологический центр "Люблино"

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак		
Сыр порциями**	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	45
Сыр порциями тертый**	ЩД	45
Сосиски отварные*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	62
Каша геркулесовая молочная вязкая с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	205/5
Каша геркулесовая молочная вязкая без сахара	ВБД;	200/5
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Масло сливочное	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/10
Вода негазированная	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	1/500
Батон с отрубями	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй завтрак		
Пюре фруктовое (яблоко) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	150
Пюре фруктовое (яблоко) без сахара	ВБД;	140
Обед		
Салат из свеклы с сыром и чесноком с майонезом	ВБД; Инд; ОВД(10);	85/15
Салат из свеклы с сыром со сметаной	ОВД; ЩД	85/15
Борщ украинский с мясом и сметаной	ВБД; ОВД(10);	300/20/5
Суп гороховый с картофелем и мясом	Инд; ОВД;	300/20
Суп-пюре из печени	ЩД	300
Сердце отварное в соусе	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	75/45
Суфле из отварного мяса паровое	ЩД	90
Каша гречневая вязкая со сливочным маслом*	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	200/5
Каша гречневая вязкая на воде	ЩД	200/5
Напиток из свежемороженых ягод (красная смородина) с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200
Напиток из свежемороженых ягод (черная смородина) без сахара	ВБД;	180
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	40
Полдник		
Творожок	Инд; ОВД; ОВД(10);	140
Йогурт	ВБД; ЩД	125
Ужин		
Салат овощной с растительным маслом	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	140
Салат овощной с растительным маслом протертый	ЩД	140
Рыба запеченная в омлете	ВБД; ОВД; ОВД(10);	125

Пюре из отварной рыбы	Инд; ЩД	100
Овощной гарнир	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Овощной гарнир протертый	ЩД	150
Чай с сахаром	Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	200/15
Чай без сахара	ВБД;	200
Хлеб "Бородинский"	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	10
Хлеб пшеничный	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	30
Хлеб ржаной	ВБД; Инд; ОВД; ОВД(10); ЩД	20
Второй ужин		
Сок фруктовый	Инд; ОВД; ОВД(10);	150
Сок томатный	ВБД; ЩД	152