

Высокобелковая диета

(ББД)



БФД
СОГЛАСОВАННО
Руководитель
УТВЕРЖДАЮ
Мед.работник

Меню БФД

02. Вторник

03. Среда

Рацион	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Завтрак	Каша гречневая молочная с м/сл б/с	150/5	9,1	13,0	35,2	295,0	Каша пшеничная молочная с м/сл б/с	150/5	7,5	11,7	37,1	285,0
	яйца вареные	1 шт	5,08	4,6	0,28	63	Сыр порц.	20	7,0	8,85	0	108
	Чай б/с	200	0,4	0,1	0,2	3	Какао на молоке б/с	200	4,0	4	5	66
Итого			14,6	17,7	35,7	360,8			18,5	24,6	42,1	459,0
Итого	Хлеб ржаной	80	3,36	0,66	1,02	137,8	Хлеб ржаной	80	3,36	0,66	1,02	137,8
	Итого		3,36	0,66	1,02	137,8			3,36	0,66	1,02	137,8
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	250	2,5	6,9	11,1	125,7	Борщ из св. капусты с курицей, сметаной	250/10	2,5	6,9	15,3	145,3
	Картофельное пюре с маслом	150/5	7,1	7,5	39,4	253,5	Рис отварной	150	4,4	6,5	44,0	251,6
	Биточки из говядины паровые	50	7,0	6,3	6,4	113	Печень по-строгановски	50/50	13,3	11,2	3,5	185
	Компот из с/ф б/с	200	1,6	0,0	28,4	120	Компот из с/ф б/с	200	1,6	0,0	28,4	120
	Итого		18,1	20,7	85,3	612,2			21,8	24,6	91,2	701,9
Итого за день			36,1	39,1	122	1110,8			43,7	49,9	134	1298,7
									48,4	50,4	144	1371,8



Меню ВБД

ВБД

04. Четверг

05. Пятница

Рацион	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)			
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак	Каша кукурузная молочная с м/сл б/с	150/5	7,6	11,1	50,8	334,0	Каша геркулесовая молочная с м/сл б/с	150/5	7,8	12,8	34,3	285,0			
	Сыр порц.	20	7,0	8,85	0	108	Сыр порц.	20	7,0	8,85	0	108			
	Какао на молоке б/с	200	4,0	4	5	66	Кофейный напиток на молоке б/с	200	3,4	2,6	8	69,6			
Итого			18,6	24,0	55,8	508,0	Итого			18,2	24,3	42,3	462,6		
Хлеб ржаной			80	3,36	0,66	1,02	137,8	Хлеб ржаной			80	3,36	0,66	1,02	137,8
Итого			3,36	0,66	1,02	137,8	Итого			3,36	0,66	1,02	137,8		
Обед	Суп гороховый с курицей	250	7,7	7,4	23,2	207,6	Суп картофельный рыбный с перловкой	250	3,1	3,9	21,5	148,4			
	Картофель тушеный с курицей	150	5,2	17,6	32,2	325,0	Греча отварная	150	11,5	8,1	51,5	325,0			
	Компот из с/ф б/с	200	1,6	0,0	28,4	120	Биточек мясной паровой в смет. соусе	50/50	7,2	7,9	6,9	117			
	Итого			14,5	25,0	83,8	652,6	Компот из с/ф б/с			200	1,6	0,0	28,4	120
Итого за день			36,5	49,7	141	1298,4	Итого за день			45,0	44,9	152	1310,8		