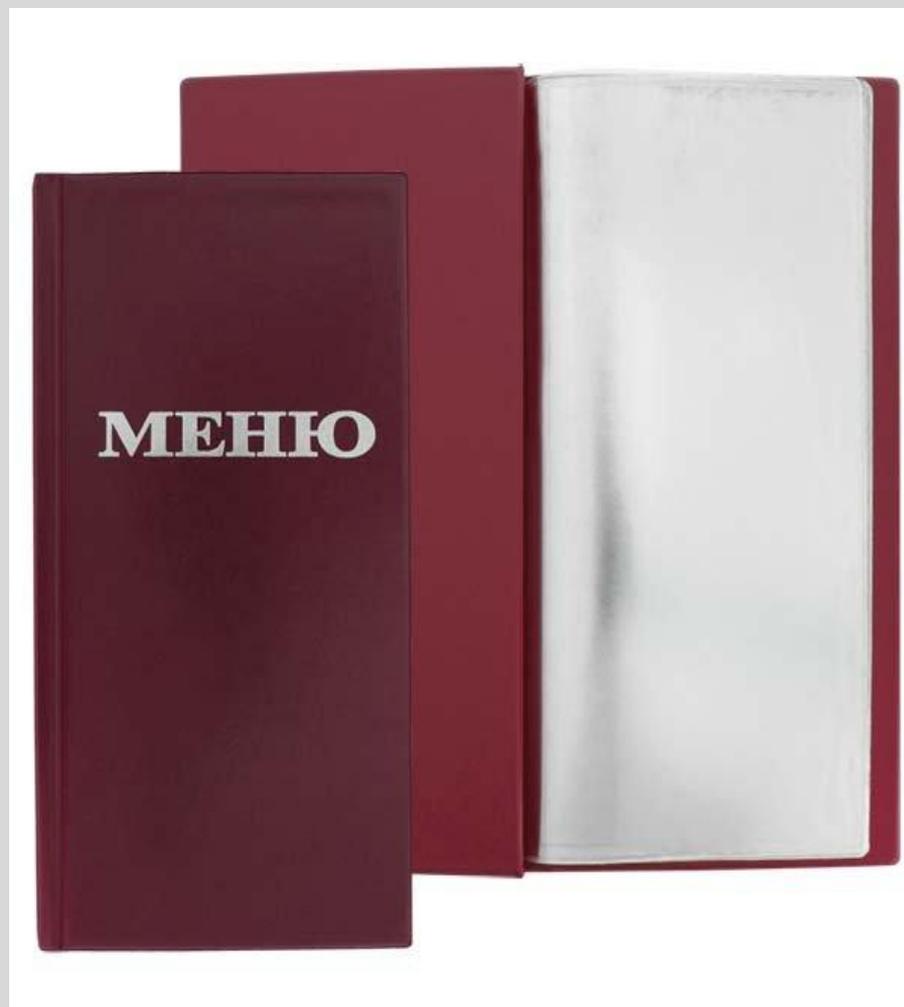


# Составление семидневного меню

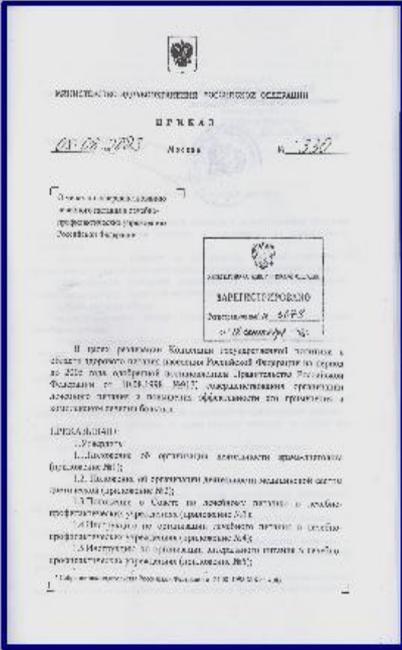


Семидневное меню должно обеспечивать сбалансированным питанием пациентов и одновременно удовлетворять требованиям разнообразия и соответствия среднесуточным наборам продуктов на одного больного в соответствии :

- с Приказом МЗ РФ от 5 августа 2003 г. № 330 «О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации» (с изменениями от 7 октября 2005 г., 10 января, 26 апреля 2006 г.) (далее Приказ МЗ РФ № 330);  
для учреждений здравоохранения



## Приказ МЗ РФ №330



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
П Р И К А З  
№ 330  
Москва 05.08.03

О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации

В целях реализации Кодекса государственной политики в области здравоохранения Российской Федерации на срок до 2010 года одобренной Государственной Думой Федерального Собрания от 10.08.2004 № 330-ФЗ, утвержденного Президентом Российской Федерации в соответствии с законодательством Российской Федерации в области здравоохранения, приказываю:

**П Р И К А З**

1. Утвердить: 01. Санитарно-эпидемиологические требования к лечебному питанию в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Санитарно-эпидемиологические требования).

2. Утвердить: 02. Методические рекомендации по организации лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Методические рекомендации).

3. Утвердить: 03. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

4. Утвердить: 04. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

5. Утвердить: 05. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

6. Утвердить: 06. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

7. Утвердить: 07. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

8. Утвердить: 08. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

9. Утвердить: 09. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

10. Утвердить: 10. Типовые меню лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (далее - Типовые меню).

### Приказ

Министерства здравоохранения  
Российской Федерации

05.08.03 №330

«О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации»

- с Постановлением Минтруда РФ от 15 февраля 2002 г. № 12 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания в учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов» (с изменениями от 4 июня 2007 г., приказ № 397);  
Для граждан пожилого возраста и инвалидов, находящихся в учреждениях социального обслуживания

## Нормативно-правовая база организации питания в системе социального обслуживания граждан с 2007 года



*Постановление Минтруда и соцразвития РФ от 15.02.2002 № 12 с изменениями от 04.06.2007 года «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания в государственных (муниципальных) стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов»*

•с Приказом МЗ СССР  
от 10 марта 1986 г. № 333  
«Об улучшении организации  
лечебного питания в  
родильных домах  
(отделениях) и детских  
больницах (отделениях)»  
с учетом возрастных  
особенностей детей.  
Для беременных женщин,  
кормящих матерей и  
пациентов детских лечебных  
учреждений (отделений)



# ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ СОСТАВЛЕНИЯ СЕМИДНЕВНОГО МЕНЮ

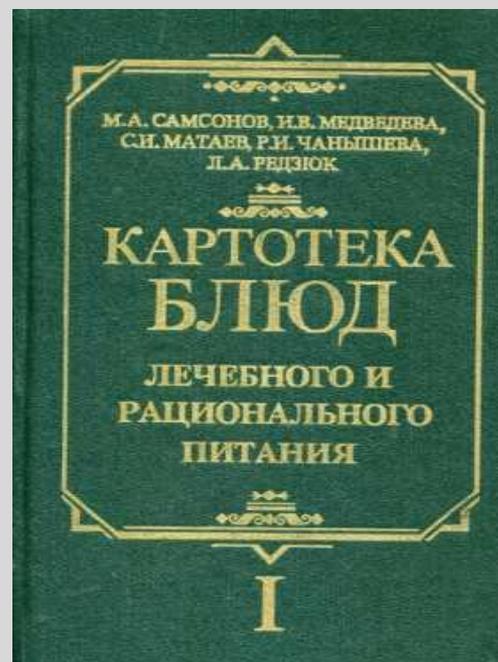
**Характеристика диет** – это документ, в котором отражены следующие особенности:

- целевое назначение каждой диеты,
- ее общая характеристика,
- особенности кулинарной обработки продуктов (холодной и термической),
- химический состав и энергетическая ценность рационов;
- перечень разрешенных и запрещенных продуктов,
- температура принимаемой пищи,
- режим питания, как минимум 4-х разовый
- показания к ее назначению.

**Характеристики диет разработаны ФГБУ «НИИ питания РАМН» и утверждены**

**Минздравсоцразвития РФ (Таблица № 1 к Инструкции по организации лечебного питания в ЛПУ к Приказу МЗ РФ № 330)**

Картотека лечебных блюд, составленная с учетом  
необходимых требований и утвержденная  
руководителем конкретного учреждения  
здравоохранения или социального обслуживания



Наименование лечебного учреждения \_\_\_\_\_

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Руководитель учреждения

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА И

Наименование блюда \_\_\_\_\_  
Показание к применению \_\_\_\_\_

| Наименование продукта | Брутто | Нетто | Химический состав |         |             |                    | Стоимость |
|-----------------------|--------|-------|-------------------|---------|-------------|--------------------|-----------|
|                       |        |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал |           |
|                       |        |       |                   |         |             |                    |           |
|                       |        |       |                   |         |             |                    |           |
|                       |        |       |                   |         |             |                    |           |
|                       |        |       |                   |         |             |                    |           |
| Вес готового блюда:   |        |       |                   |         |             |                    |           |

Врач-диетолог (медицинская сестра диетическая): .....

Зав. производством (шеф-повар) .....

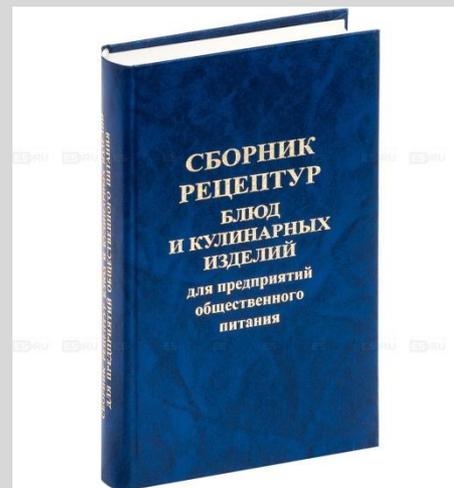
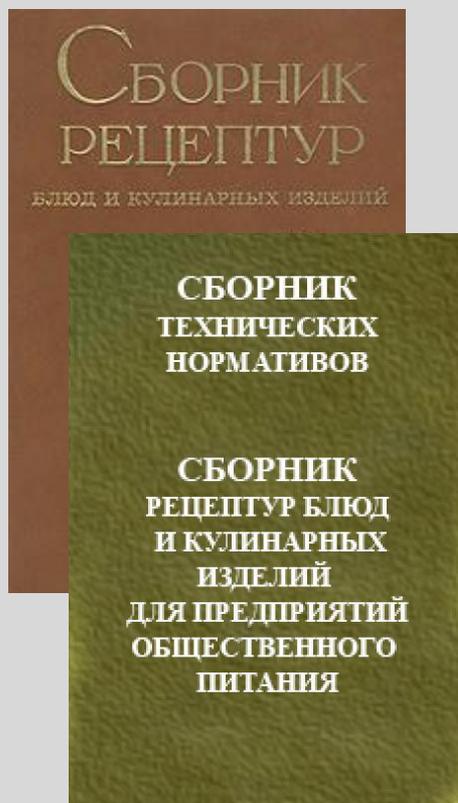
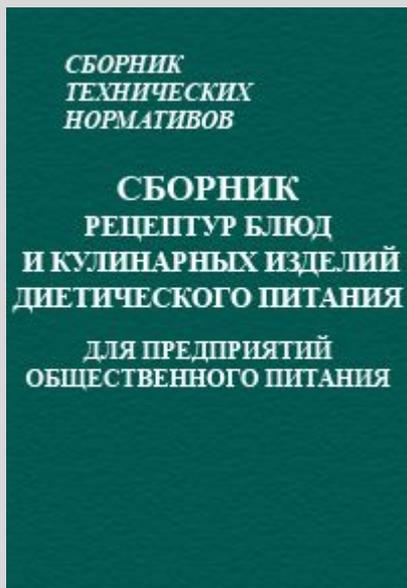
Бухгалтер .....

Оборот карточки

Технология приготовления: \_\_\_\_\_

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания» для предприятий общественного питания.  
Хлебпродинформ.  
Москва, 2002 год. Под редакцией В. Т. Лапшиной

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Под редакцией Ф. Л. Марчука, 2006,2007



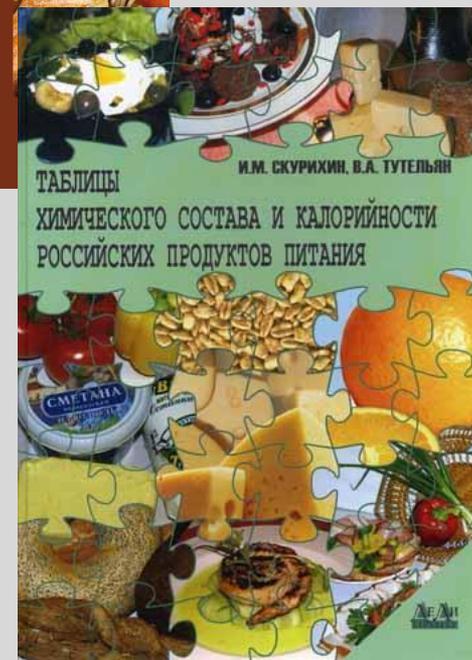
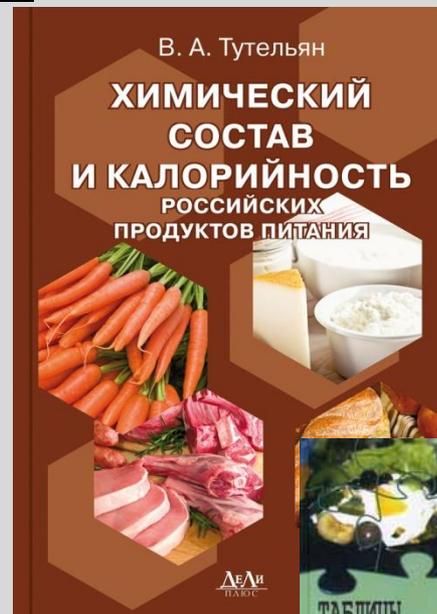
## **Рекомендуемые величины**

### **физиологических потребностей**

**организма** в белках, жирах, углеводах, энергетической ценности рациона, которые разработаны ФГБУ «НИИ питания РАМН» и имеются в каждой характеристике диет (Таблица № 1 к Инструкции по организации лечебного питания в ЛПУ к Приказу МЗ РФ № 330).

# ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

- «Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания» под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна, Москва 2008 г.



# Нормы питания на одного больного в день в ЛПУ, утверждённые приказами и постановлениями, являющиеся основой для составления семидневных меню

Приложение

## Нормы лечебного питания

| Наименования продуктов лечебного питания  | Нормы лечебного питания при соблюдении стандартной диеты |         | Нормы лечебного питания при соблюдении диеты с повышенным содержанием углеводов (щадящая диета) |         | Нормы лечебного питания при соблюдении диеты с повышенным содержанием белка (высокобелковая диета) |         | Нормы лечебного питания при соблюдении диеты с пониженным содержанием белка (низкобелковая диета) |         | Нормы лечебного питания при соблюдении диеты с пониженной калорийностью (низкокалорийная диета) |         | Нормы лечебного питания при соблюдении диеты с повышенной калорийностью (высококалорийная диета) |        |
|---|--|---------|---|---------|--|---------|---|---------|---|---------|--|--------|
|   | Брутто   | Нетто   | Брутто  | Нетто   | Брутто   | Нетто   | Брутто  | Нетто   | Брутто  | Нетто   | Брутто   | Нетто  |
|   |  |         |   |         |  |         |   |         |   |         |  |        |
| Хлеб ржаной   | 150  | 150     | -   | -       | 150  | 150     | 100   | 100     | 100   | 100     | 150  | 150    |
| Хлеб пшеничный  | 150  | 150     | 300   | 300     | 150  | 150     | 150   | 150     | -   | -       | 250  | 250    |
| Мука пшеничная  | 10   | 10      | 10  | 10      | 10   | 10      | 15  | 15      | 5   | 5       | 50   | 50     |
| Крахмал картофельный  | 5  | 5       | 10  | 10      | 5  | 5       | 5   | 5       | -   | -       | 5  | 5      |
| Макаронные изделия  | 20   | 20      | 40  | 40      | 20   | 20      | 30  | 30      | -   | -       | 25   | 25     |
| Крупы (рисовая, гречневая, пшенная, манная (овсяная), горох, фасоль, чечевица)  | 80   | 80      | 80  | 80      | 80   | 80      | 80  | 80      | 10  | 10      | 80   | 80     |
| Картофель   | 300  | 200     | 447   | 300     | 300  | 200     | 447   | 300     | 74,5  | 50      | 447  | 300    |
| Овощи свежие (всего), в том числе:  | 366,7  | 290     | 179,2   | 140     | 366,7  | 290     | 366,7   | 290     | 501   | 400     | 501  | 400    |
| Свекла  | 65   | 50      | 65  | 50      | 65   | 50      | 65  | 50      | 90  | 70      | 90   | 70     |
| Морковь   | 70   | 55      | 70  | 55      | 70   | 55      | 70  | 55      | 90  | 70      | 90   | 70     |
| Капуста белокочанная  | 187,5  | 150     | -   | -       | 187,5  | 150     | 187,5   | 150     | 250   | 200     | 250  | 200    |
| Лук репчатый  | 24   | 20      | 24  | 20      | 24   | 20      | 24  | 20      | 24  | 20      | 24   | 20     |
| Огурцы, помидоры (парниковые)   | 15,2   | 15      | 15,2  | 15      | 15,2   | 15      | 15,2  | 15      | 41  | 40      | 41   | 40     |
| Другие овощи (кабачки, баклажаны, перец сладкий, капуста цветная, капуста брокколи, тыква, фасоль зеленая стручковая) | 62,5   | 50      | 62,5  | 50      | 62,5   | 50      | 62,5  | 50      | 62,5  | 50      | 62,5   | 50     |
| Овощи соевые и маринованные (капуста, огурцы)   | 18,8   | 15      | -   | -       | 18,8   | 15      | 18,8  | 15      | 18,8  | 15      | 18,8   | 15     |
| Зелень (лук зеленый, петрушка, укроп)   | 20   | 14,8    | 20  | 14,8    | 20   | 14,8    | 20  | 14,8    | 20  | 14,8    | 20   | 14,8   |
| Овощи консервированные (горошек зеленый, фасоль, кукуруза)  | 38   | 24,7    | -   | -       | 38   | 24,7    | -   | -       | 25  | 16,2    | 38   | 24,7   |
| Фрукты свежие   | 150  | 150     | 150   | 150     | 150  | 150     | 300   | 300     | 300   | 300     | 300  | 300    |
| Сухофрукты (курага, чернослив, изюм, компотная смесь)   | 20,4   | 20      | 20,4  | 20      | 20,4   | 20      | 20,4  | 20      | 20,4  | 20      | 26   | 25,5   |
| Соки фруктовые, овощные   | 100  | 100     | 100   | 100     | 100  | 100     | 200   | 200     | 300   | 300     | 200  | 200    |
| Говядина  | 127,7  | 90      | 127,7   | 90      | 127,3  | 125     | 56,7  | 40      | 127,7   | 90      | 127,3  | 125    |
| Птица   | 25   | 22,2    | 25  | 22,2    | 25   | 22,2    | -   | -       | 25  | 22,2    | 25   | 22,2   |
| Консервированная сосиски  | 12   | 12      | 12  | 12      | 12   | 12      | -   | -       | -   | -       | 12   | 12     |
| Рыба, рыбопродукты, нерыбные продукты моря  | 59,1   | 32,5    | 59,1  | 32,5    | 77,3   | 42,5    | -   | -       | 59,1  | 32,5    | 77,3   | 42,5   |
| Творог  | 20,4   | 20      | 20,4  | 20      | 35,7   | 35      | 15,3  | 15      | 20,4  | 20      | 35,7   | 35     |
| Сыр   | 16   | 15      | 16  | 15      | 16   | 15      | -   | -       | 16  | 15      | 16   | 15     |
| Яйцо  | 1/2 шт.  | 1/2 шт. | 1/2 шт.   | 1/2 шт. | 1/2 шт.  | 1/2 шт. | 1/4 шт.   | 1/4 шт. | 1/2 шт.   | 1/2 шт. | 1 шт.  | 1 шт.  |
| Кисломолочные напитки (кефир, йогурт, ряженка, простокваша, ацидофилин)   | 125  | 121     | 125   | 121     | 207  | 200     | 125   | 121     | 125   | 121     | 207  | 200    |
| Молоко  | 211  | 200     | 105   | 100     | 211  | 200     | 105,5   | 100     | 211   | 200     | 211  | 200    |
| Масло сливочное   | 20   | 20      | 20  | 20      | 20   | 20      | 40  | 40      | 10  | 10      | 30   | 30     |
| Масло растительное  | 20   | 20      | 20  | 20      | 20   | 20      | 30  | 30      | 25  | 25      | 30   | 30     |
| Сметана   | 15   | 15      | 15  | 15      | 15   | 15      | 15  | 10      | 10  | 10      | 25   | 25     |
| Сахар, варенье, печенье, кондитерские изделия   | 50   | 50      | 30  | 30      | 50   | 50      | 60  | 60      | -   | -       | 60   | 60     |
| Чай   | 2  | 2       | 2   | 2       | 2  | 2       | 3   | 3       | 2   | 2       | 2  | 2      |
| Кофе, какао   | 1,4  | 1,4     | 1,4   | 1,4     | 1,4  | 1,4     | -   | -       | 1,4   | 1,4     | 2  | 2      |
| Желатин   | 0,5  | 0,5     | 0,5   | 0,5     | 0,5  | 0,5     | 0,5   | 0,5     | 0,5   | 0,5     | 0,5  | 0,5    |
| Дрожжи прессованные   | 0,25   | 0,25    | 0,25  | 0,25    | 0,25   | 0,25    | 0,25  | 0,25    | -   | -       | 1,25   | 1,25   |
| Соль  | 6  | 6       | 6   | 6       | 6  | 6       | 3   | 3       | 4   | 4       | 8  | 8      |
| Томат паста, томат-пюре   | 3  | 3       | -   | -       | 5  | 5       | 5   | 5       | 5   | 5       | 5  | 5      |
| Шпик  | 15   | 15      | 15  | 15      | 15   | 15      | 15  | 15      | 15  | 15      | 15   | 15     |
| Смесь белковая комплексная сухая  | 27   | 27      | 27  | 27      | 36   | 36      | 18  | 18      | 24  | 24      | 42   | 42     |
| Витаминно-минеральные комплексы (% от физиологической нормы)  |  | 50-100  |   | 50-100  |  | 50-100  |   | 50-100  |   | 75-100  |  | 75-100 |

| Продукты                     | Количество (г, мл) для детей в возрасте (лет) |        |        |
|------------------------------|---|--------|--------|
|                              | 4-6   | 7-10   | 11-14  |
| Крупы                        | 65  | 80     | 85     |
| Мука пшеничная               | 5   | 10     | 10     |
| Мука картофельная            | 8   | 10     | 10     |
| Молоко                       | 850   | 900    | 950    |
| Творог                       | 25  | 30     | 35     |
| Сметана                      | 5   | 5      | 10     |
| Масло сливочное              | 15  | 17     | 20     |
| Масло растительное           | 5   | 6      | 7      |
| Яйцо, шт.                    | 1   | 1,5    | 1,5    |
| Мясо, птица                  | 90  | 100    | 125    |
| Рыба                         | 30  | 35     | 40     |
| Сахар                        | 65  | 80     | 100    |
| Фрукты свежие                | 40  | 40     | 40     |
| Фрукты сухие                 | 15  | 20     | 20     |
| Сок фруктовый                | 35  | 40     | 40     |
| Пюре фруктовое гомогенизир.  | 150   | 200    | 250    |
| Сухари пшеничные             | 60  | 80     | 100    |
| Чай                          | 0,3   | 0,3    | 0,3    |
| Химический состав:           |   |        |        |
| белки, г                     | 62,3  | 73,2   | 80,9   |
| жиры, г                      | 61,8  | 70,7   | 79,5   |
| углеводы, г                  | 227,0   | 281,7  | 307,9  |
| Калорийность, ккал           | 1713,4  | 2055,9 | 2257,9 |
| С учетом тепловой обработки: |   |        |        |
| белки, г                     | 58,9  | 69,3   | 76,7   |
| жиры, г                      | 56,9  | 64,1   | 72,3   |
| углеводы, г                  | 214,3   | 270,3  | 295,2  |
| Калорийность, ккал           | 1596,8  | 1935,3 | 2138,3 |

## Денежные нормы.

В современной нестабильной экономической обстановке разрешается учитывать денежные средства по факту их расхода. Главным остаётся выполнение продуктовых норм.



## «Нормы замены продуктов по белкам и углеводам»

(Таблица № 7 к Инструкции по организации лечебного питания в ЛПУ к Приказу МЗ РФ № 330).

## «Взаимозаменяемость продуктов при приготовлении диетических блюд»

(Таблица № 6 к Инструкции по организации лечебного питания в ЛПУ к Приказу МЗ РФ № 330).

| Наименование продуктов   | Количество продуктов в нетто, г | Химический состав |         |             | Добавить к суточному рациону (+) или исключить из него (-) |
|--|---------------------------------|-------------------|---------|-------------|--|
|  |                                 | белки, г          | жиры, г | углеводы, г |  |
| 1  | 2                               | 3                 | 4       | 5           | 6  |
| <b>Замена хлеба (по белку и углеводам)</b>                             |                                 |                   |         |             |  |
| Хлеб пшеничный из муки I с.  | 100                             | 7,5               | 2,9     | 51,4        |  |
| Хлеб ржаной простой формовой   | 125                             | 7,62              | 1,5     | 49,87       |  |
| Мука пшеничная I с.  | 70                              | 7,42              | 0,91    | 48,3        |  |
| Макароны, вермишель I с.   | 70                              | 7,7               | 0,91    | 49,35       |  |
| Крупа манная   | 75                              | 7,72              | 0,9     | 52,95       |  |
| <b>Замена картофеля (по углеводам)</b>                                 |                                 |                   |         |             |  |
| Картофель  | 100                             | 2,0               | 0,4     | 16,3        |  |
| Свекла   | 190                             | 2,85              | 0,19    | 16,72       |  |
| Морковь  | 240                             | 3,12              | 0,24    | 16,56       |  |
| Капуста б/к  | 370                             | 6,66              | 0,37    | 17,39       |  |
| Макароны, вермишель I с.   | 25                              | 2,75              | 0,32    | 17,62       |  |
| Крупа манная   | 25                              | 2,57              | 0,25    | 17,65       |  |
| Хлеб пшеничный из муки I с.  | 35                              | 2,62              | 1,01    | 17,99       |  |
| Хлеб ржаной простой формовой   | 45                              | 2,74              | 0,54    | 17,95       |  |
| <b>Замена свежих яблок (по углеводам)</b>                              |                                 |                   |         |             |  |
| Яблоки свежие  | 100                             | 0,4               | 0,4     | 9,8         |  |
| Яблоки сушеные   | 15                              | 0,33              | 0,01    | 8,85        |  |
| Курага (без косточек)  | 18                              | 0,94              | 0,05    | 9,18        |  |
| Чернослив  | 15                              | 0,34              | 0,1     | 8,63        |  |
| <b>Замена молока по белку</b>  |                                 |                   |         |             |  |
| Молоко   | 100                             | 2,9               | 3,2     | 4,7         |  |
| Творог полужирный  | 16                              | 2,88              | 1,44    | 0,48        |  |
| Творог жирный  | 20                              | 3,0               | 3,6     | 0,56        |  |
| Сыр  | 13                              | 3,02              | 3,83    | -           |  |
| Говядина I к.  | 15                              | 2,79              | 2,4     | -           |  |
| Говядина II к.   | 15                              | 3,0               | 1,47    | -           |  |
| Говядина вырезка   | 15                              | 3,03              | 0,42    | -           |  |
| Рыба (треска)  | 20                              | 3,2               | 0,12    | -           |  |
| Специализированные продукты питания (смесь белковая композитная сухая) | 7                               | 2,8               | 1,4     | 2,1         |  |



**370 грамм свежей белокочанной капусты можно заменить на  
25 грамм крупы манной или макаронных изделий**



# «Соотношение натуральных продуктов и специализированных продуктов питания в суточном рационе больного»

(Таблица № 1а к Инструкции по организации лечебного питания в ЛПУ к Приказу МЗ РФ № 330).

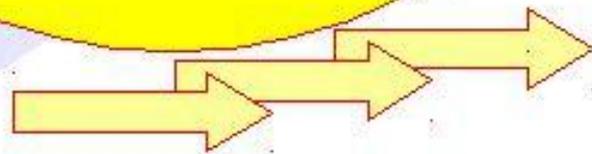
## Дополнительно е введение белка в пищевой рацион

\* Проводится  
обязательная белковая  
коррекция сухими  
белковыми  
композитными смесям  
\*При формировании  
высокобелковой диеты  
рекомендуется  
проведение замены  
продуктов по белкам  
согласно таблицы  
«Замена продуктов по  
белкам и углеводам»

| Диеты   | Белки              | Жиры             | Углеводы           | Ккал          |
|---|--------------------|------------------|--------------------|---------------|
| <b>Основной вариант стандартной диеты</b>   |                    |                  |                    |               |
| Химический состав и энергетическая ценность диеты                                   | 85-90<br>(45-50)   | 70-80<br>(25-30) | 300-330<br>(30-40) | 2170-<br>2400 |
| <b>Натуральные продукты</b>   | 69-72              | 62-71            | 288-316            | 1990-<br>2190 |
| Специализированные продукты питания (специализированная белковая композитная смесь) | 16-18              | 8-9              | 12-14              | 180-210       |
| <b>Вариант диеты с повышенным количеством белка</b>                                 |                    |                  |                    |               |
| Химический состав и энергетическая ценность диеты                                   | 110-120<br>(45-50) | 80-90<br>(30)    | 250-350<br>(30-40) | 2080-<br>2690 |
| <b>Натуральные продукты</b>   | 88-96              | 69-78            | 232-330            | 1825-<br>2410 |
| Специализированные продукты питания (специализированная белковая композитная смесь) | 22-24              | 11-12            | 18-20              | 255-280       |

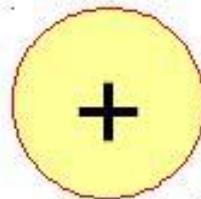


**Составление  
пищевого  
рациона**



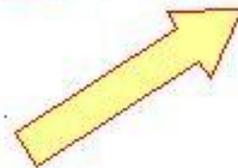
**РЕЦЕПТУРА  
ПРИГОТОВЛЕНИЯ  
ДИЕТИЧЕСКОГО БЛЮДА**

*Натуральные  
продукты питания*

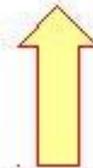


*Коррекция химического  
состава диетических блюд*

**Белковая**  
*сухими белковыми  
компонентами*



**Витаминная**  
*витаминно-минеральными  
премиксами*



# Последовательность составления семидневного меню



**ЗАВТРАК**



**ОБЕД**



**УЖИН**



Формирование семидневного меню начинается с составления обеда, как наиболее нагрузочного приёма пищи и наиболее разнообразного: используя картотеку блюд, сначала расписывают первые блюда обеда. Они не должны повторяться на протяжении недели.



**Суп лапша**



**Суп с  
фрикадельками**



**Борщ**



**Уха (Суп  
рыбный)**



**Суп  
гороховый**

Затем распределяют вторые блюда с учётом продуктовых норм по мясу и птице. Например, если больному в день положено получать 90 г мяса, то за 7 дней ему нужно выдать 630г мяса говядины. Птицы необходимо выдать за неделю 155,4 г из расчета 22,2 г в день и т. д. Итого: 785 г Для этого из утвержденной руководителем учреждения картотеки блюд подбираются карточки-раскладки на соответствующий вес продукта **В НЕТТО.**

Составлено:  
главный специалист  
территориального отдела  
Распорядителя и т. Д. Исполнения  
Т. И. Краснова

Утверждено:  
Директор МУ "Комбинат питания"  
А.С. Корнеев  
10/07/17



Карточка-раскладка № 4

Наименование Блюда  
Показания для применения  
Источник  
Откуда взята данная раскладка

Суп картофельный с мясными фрикадельками  
ДОВ  
Сборник технологических нормативов.  
г. Пермь, 2001г.

| №  | Наименование продукта      | до 3-х лет |            | с 3 до 7 лет |           | Химический состав |       |        | МАЛ.   |
|----|----------------------------|------------|------------|--------------|-----------|-------------------|-------|--------|--------|
|    |                            | брутто     | нетто      | брутто       | нетто     | Белки             | Жиры  | Углеб. |        |
| 1. | Картофель                  |            |            |              |           | 5,86              | 4,1   | 11,41  | 105,06 |
|    | мелкой очищенный до 01.09. | 61         | 49         | 91,2         | 75        | 8,68              | 6,06  | 16,9   | 155,64 |
|    | с 01.09. по 31.10.         | 85         | 49         | 96           | 75        |                   |       |        |        |
|    | с 01.11. по 31.12.         | 70         | 49         | 107          | 75        |                   |       |        |        |
|    | с 01.01. по 28-29.02.      | 75,0       | 49         | 115,0        | 75        |                   |       |        |        |
|    | с 01.03.                   | 82,0       | 49         | 125,0        | 75        |                   |       |        |        |
| 2. | Морковь до 01.01.          | 11,0       | 9          | 18,0         | 15        | 14,96             | 0,89  |        |        |
|    | Морковь с 01.01.           | 13,0       | 9          | 20,0         | 15        | 22                | 1,31  |        |        |
| 3. | Лук репчатый               | 7,0        | 6          | 11,0         | 9,2       |                   |       |        |        |
| 4. | Говядина блочная           | 11,9       | 29         | 11,9         | 29        |                   |       |        |        |
| 5. | Лук репчатый               | 5,0        | 4,0        | 5,0          | 4,0       | 81                | 82    | С      |        |
| 6. | Яйца                       | 1,78       | 5,0        | 0,1          | 5,0       | 0,088             | 0,075 | 14,07  |        |
| 7. | Масло сливочное            | 1,5        | 1,5        | 2,3          | 2,3       | 0,13              | 0,112 | 26,69  |        |
|    | Масло растительное         | 1,5        | 1,5        | 2,3          | 2,3       |                   |       |        |        |
| 8. | Бульон                     |            | 110,0      |              | 172,5     |                   |       |        |        |
|    | Всего                      |            | 156/20 гр. |              | 236/20гр. |                   |       |        |        |

**Технология приготовления:**

Картофель сортируют, моют, очищают, промывают. Морковь перебирают, промывают, очищают и снова промывают. Лук репчатый сортируют, с луковицы срезают донышко и очищают в ручную, промывают. Картофель нарезают кубиком или брусочками. В кипящий бульон (воду) кладут картофель, добавляют петрушку и с маслом морковью, бланшированную и пассерованный репчатый лук. Варят 15-20 минут. Мясо размораживают, промывают, измельчают 2-3 раза на мясорубке, добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль, тщательно перемешивают, формируют шарики. Фрикадельки готовят в небольшом количестве воды до готовности. Головки фрикаделек добавляют в суп и повторно кипятят. Яйца предварительно обжаривают согласно санитарным правилам. Повторно кипятят с мясными фрикадельками в течение 5 - 7 минут. Температура подачи 65 градусов.

**Требования к качеству:**

Цвет бульона - жар на поверхности светло-желтый, фрикаделек - серый. Бульон прозрачный, овощи должны сохранять форму нарезки, консистенция овощей мягкая, фрикаделек рыхлая. Вкус и аромат свежеприготовленного мяса и овощей.

Технолог МУ "Комбинат питания" *О.В. Шульцова* О.В. Шульцова.



Для создания семидневного меню выбирают различные мясные блюда, которые обеспечивают потребление требуемого количества продукта за неделю



**Также необходимо обращать внимание на тот факт, что если в один день готовится суп с включением крупы или макаронных изделий, то гарнир второго блюда должен быть овощным**



**и наоборот, если первое блюдо овощное, (ЩИ) гарнир должен быть из крупы (РИС) или макаронных изделий. Это важно, с одной стороны, с точки зрения вкусового разнообразия, а с другой стороны, с позиции правильного включения продуктов и блюд с преобладанием либо кислых, либо щелочных валентностей, призванных поддерживать кислотно-щелочное равновесие в организме.**

**Овощные, фруктовые, молочные блюда — это в основном источник щелочных валентностей. Крумяные, мясные, рыбные, бобовые блюда — источник кислых валентностей.**



**Далее в семидневное меню включают третьи блюда обеда на все дни недели. Это компоты, кисели, соки, отвары. Следует отметить, что компоты из сухофруктов для диеты ЩД должны подаваться преимущественно в протертом виде.**



**Затем переходят к составлению завтраков, ужинов и полдников с учетом продуктовых норм по вышеописанному правилу. В первую очередь необходимо проконтролировать выполнение продуктовых норм по содержанию белка в готовых блюдах. Важно учитывать, особенно в составе завтрака, наличие готовых блюд с высокой биологической ценностью по белку, так называемых белковых блюд. Кроме того, следует учитывать, что завтрак должен быть представлен менее трудоемкими блюдами с точки зрения их приготовления, включая как холодную, так и термическую обработку продуктов. Из белковых продуктов на завтрак следует вводить блюда из яиц, творога.**



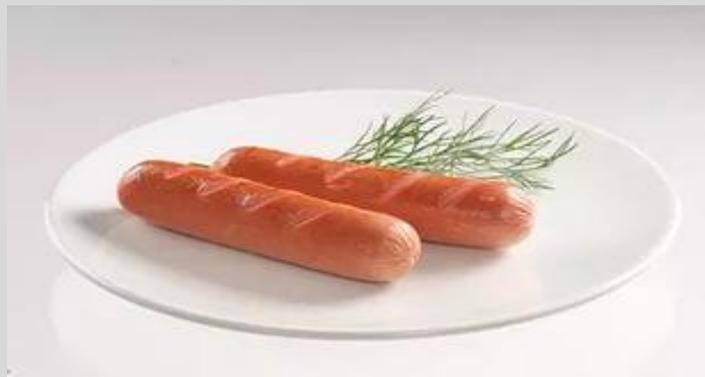
После составления обедов у нас осталось два мясных блюда: запеканка картофельная с мясом и плов. Ставим их на завтрак. Из белковых блюд в продуктовые нормы входят еще:

Следует помнить, что творог, колбаса—особо скоропортящийся продукт, поэтому вводим в диету с учетом дней завоза!

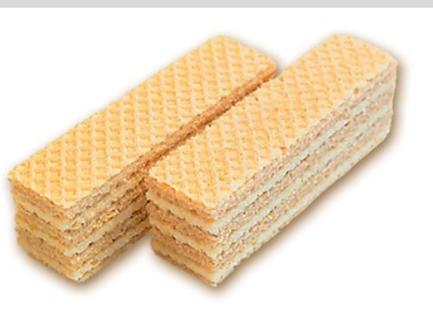
- КОЛБАСА  $12\text{Г} * 7 = 84\text{ Г}$
- РЫБА  $32,5 * 7 = 227,5\text{ Г}$
- ТВОРОГ  $20 * 7 = 140\text{ Г}$
- СЫР  $15 * 7 = 105\text{ Г}$
- ЯЙЦО  $\frac{1}{2}\text{ ШТ} * 7 = 3\frac{1}{2}\text{ ШТ}$



**На ужин — блюда из рыбы, но иногда возможно и включение блюда из мяса, если позволяет остаток по норме мяса говядины. Во время ужина мясные блюда следует давать еще реже, чем в завтрак в связи со специфически-динамическим действием белков на организм человека**



**Между основными приемами пищи (завтраком, обедом и ужином) необходимо запланировать второй завтрак, полдник, который может включать фрукты, выпечку**



**и второй ужин для обеспечения в случае необходимости  
пяти- или шестиразового питания для отдельных  
категорий питающихся.**



- **После выполнения продуктовых норм по белковым блюдам необходимо рассчитать по такому же принципу нормы по овощам, крупам, фруктам, молоку и другим продуктам, входящим в состав среднесуточного набора продуктов, сочетая их с белковыми блюдами всех приемов пищи за день.**
- **Затем подсчитывают количество хлеба, сахара, масла, сыра и некоторых других продуктов, которые были введены в блюда во время приготовления в соответствии с перечнем продуктов по карточке-раскладке. Затем, исходя из полученных величин, выводят нормы буфетных продуктов. Нормы буфетных продуктов должны быть утверждены на Совете по лечебному питанию.**
- **Аналогичным способом составляются семидневные меню по всем номенклатурам диет, утвержденных в учреждении здравоохранения или учреждении социального обслуживания.**

# Высчитав продуктовые нормы переходим к подсчету белков, жиров, углеводов и калорий

| <b>ОВД ПОНЕДЕЛЬНИК</b> |   |             |                    |        |       |                         |              |               |                |
|------------------------|---|-------------|--------------------|--------|-------|-------------------------|--------------|---------------|----------------|
| № п/п                  | Наименование блюда                          | Выход в гр. | Набор сырья        | Вес    |       | Энергетическая ценность |              |               |                |
|                        |   |             |                    | Брутто | Нетто | Белки                   | Жиры         | Углев-ы       | Ккал.          |
| <b><i>Завтрак</i></b>  |   |             |                    |        |       |                         |              |               |                |
| 1.                     | Каша геркулес вязкая, молоч., сл., с маслом | 211/5       | Крупа геркулес     | 45     | 45    | 11,6                    | 12,6         | 36,9          | 307,0          |
|                        |   |             | Молоко сухое       | 25     | 25    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Масло сливочное    | 5      | 5     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Сахар              | 5      | 5     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Соль               | 1      | 1     |                         |              |               |                |
| 2.                     | Чай с сахаром                               | 200         | Чай                | 1      | 1     | 0,2                     | 0,05         | 15,0          | 61,2           |
|                        |   |             | сахар              | 15     | 15    |                         |              |               |                |
| 3.                     | Сыр порционный                              | 15          | сыр                | 16     | 15    | 3,1                     | 4,0          |               | 48,4           |
| 4.                     | Хлеб  | 80          | Хлеб пшеничный     | 80     | 80    | 6,1                     | 0,6          | 38,9          | 185,4          |
| <b>ИТОГО:</b>          |   |             |                    |        |       | <b>21,0</b>             | <b>17,25</b> | <b>90,8</b>   | <b>602,0</b>   |
| <b><i>Обед</i></b>     |   |             |                    |        |       |                         |              |               |                |
| 1.                     | Рассольник со сметаной вегетарианский       | 500/10      | Картофель          | 231    | 150   | 5,11                    | 6,45         | 34,89         | 219,53         |
|                        |   |             | Крупа перловая     | 10     | 10    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Огурцы консер-е    | 55     | 30    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Морковь            | 27     | 20    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Лук репчатый       | 13     | 11    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Масло сливочное    | 5      | 5     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Соль               | 1,5    | 1,5   |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Сметана            | 10     | 10    |                         |              |               |                |
| 2.                     | Картофельное пюре                           | 250         | Картофель          | 338    | 220   | 5,5                     | 7,09         | 37,65         | 237,20         |
|                        |   |             | Молоко цельное     | 40     | 38    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Масло растит-е     | 5      | 5     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Соль               | 0,5    | 0,5   |                         |              |               |                |
| 3.                     | Рыба тушенная с овощами                     | 157/111     | Минтай б/гол.      | 150    | 123   | 18,4                    | 11,2         | 1,9           | 194,1          |
|                        |   |             | Молоко сухое       | 3      | 3     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Масло растит-е     | 10     | 10    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Морковь            | 10     | 8     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Лук репчатый       | 10     | 8     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Соль               | 1      | 1     |                         |              |               |                |
| 4.                     | Кисель                                      | 200         | Кисель сух. с сах. | 30     | 30    |                         |              | 27,3          | 109,2          |
|                        |   |             | Вода               | 200    | 200   |                         |              |               |                |
| 5.                     | Хлеб  | 100         | Хлеб пшеничный     | 100    | 100   | 7,6                     | 0,8          | 54,9          | 257,2          |
| <b>ИТОГО:</b>          |   |             |                    |        |       | <b>36,61</b>            | <b>25,54</b> | <b>156,64</b> | <b>1017,23</b> |
| <b><i>Ужин</i></b>     |   |             |                    |        |       |                         |              |               |                |
| 1.                     | Пудинг творож. со сметаной, сладкий         | 140/20      | Творог             | 102    | 100   | 20,6                    | 17,6         | 20,4          | 322,0          |
|                        |   |             | Сахар              | 10     | 10    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Сметана            | 25     | 25    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Молоко цельное     | 30     | 30    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Крупа манная       | 10     | 10    |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Масло сливочное    | 2      | 2     |                         |              |               |                |
|                        |   |             | Яйцо куриное       | 1/4    | 20    |                         |              |               |                |
| 2.                     | Чай с сахаром                               | 200         | Чай                | 1      | 1     | 0,2                     | 0,05         | 15,0          | 61,2           |
|                        |   |             | Сахар              | 15     | 15    |                         |              |               |                |
| 3.                     | Масло порционное                            | 10          | Масло сливочное    | 10     | 10    |                         | 7,2          |               | 64,8           |
| 4.                     | Хлеб  | 80          | Хлеб пшеничный     | 80     | 80    | 6,1                     | 0,6          | 38,9          | 185,4          |
| <b>ИТОГО:</b>          |   |             |                    |        |       | <b>26,9</b>             | <b>25,2</b>  | <b>74,3</b>   | <b>632,4</b>   |
| <b><i>На ночь</i></b>  |   |             |                    |        |       |                         |              |               |                |
| 1.                     | Кефир                                       | 200         | Кефир              | 207    | 200   | 5,6                     | 5,0          | 8,2           | 100,0          |
| <b>ВСЕГО:</b>          |   |             |                    |        |       | <b>90,11</b>            | <b>73,00</b> | <b>330,0</b>  | <b>2351,63</b> |

# Сводное семидневное меню

- Семидневное сводное меню - это меню, составленное на семь дней недели, в котором соединены все диеты, используемые в данном конкретном ЛПУ. Количество диет и их качественная характеристика определяются контингентом больных, находящихся на лечении, а также профилем отделений данного учреждения здравоохранения. Номенклатура диет тщательно продумывается должностными лицами, ответственными за питание, и утверждается на Совете по лечебному питанию. Каждое ЛПУ вправе взять для использования только те диеты, которые необходимы для лечения их контингента больных.

Так, если в учреждении есть специализированное гастроэнтерологическое отделение, вводятся соответствующие диеты и их варианты.

В ряде руководств имеются рекомендации по созданию 8-; 10-12дневного меню.

Обсудим этот вопрос.

8-дневное по сути, является вариантом 7-дневного. Оно отличается введением 8, праздничного дня, разнообразия и украшая жизнь больных в эти дни, делая нагрузочный зигзаг в питании. 10- и 12-дневные меню лишь нагружают и затрудняют работу пищеблока. 7-дневное меню легче адаптировать к дням завоза продуктов, особенно, скоропортящихся. И, наконец повара, работая по 7-дневному меню значительно облегчают свой труд, ибо у них вырабатывается стереотип в одни и те же дни одинаковых операций по приготовлению пищи.

**МЕНЮ**  
ПОНЕДЕЛЬНИК 2015 год  
**ЗАВТРАК**

| Наименование блюд   | Выход, г | столы         |
|---|----------|---------------|
| Каша геркулесовая п/м жидкая с/м сладкая                                | 233/5    | ОВД ВЕД       |
| Каша геркулесовая п/м вяз с/м несладкая                                 | 225/5    | ОВД-9         |
| Чай с сахаром   | 200      | ОВД ВЕД       |
| Чай без сахара  | 200      | ОВД-9         |
| Сыр порционный  | 33       | ОВД ВЕД ОВД9  |
| Хлеб пшеничный  | 50       | ОВД ВЕД       |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД-9         |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>11 ЧАСОВ</b>   |          |               |
| Фрукты в ассортименте (яблоко зеленое, или апельсин, или мандарин-2 шт) | 1шт      | ОВД-9         |
| Фрукты свежие в ассортименте  | 1 шт     | ОВД ВЕД       |
| <b>ОБЕД</b>   |          |               |
| Рассольник с картофелем на м/б со сметаной                              | 400/20   | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Картофельное пюре с маслом сливочным                                    | 250/5    | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Бефстроганов из отварного мяса говядины                                 | 55/50    | ОВД ОВД-9     |
| Бефстроганов из отварного мяса говядины                                 | 68/50    | ВЕД           |
| Зеленый горошек консервированный  | 65       | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Компот из сухофруктов сладкий витаминиз.                                | 200      | ОВД ВЕД       |
| Компот из сухофруктов несладкий витамин                                 | 200      | ОВД-9         |
| Хлеб пшеничный  | 50       | ОВД ВЕД       |
| Хлеб ржаной   | 100      | ОВД-9         |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД ВЕД       |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>УЖИН</b>   |          |               |
| Каша рисовая рассыпчатая с маслом слив.                                 | 170/10   | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Биточек мясной паровой с маслом   | 100/5    | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Чай с сахаром   | 200      | ОВД ВЕД       |
| Чай без сахара  | 200      | ОВД-9         |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>НА НОЧЬ</b>  |          |               |
| Кефир   | 200      | ОВД ОВД-9 ВЕД |

Роспись зав. производства:

**МЕНЮ**  
ВТОРНИК 2015 год  
**ЗАВТРАК**

| Наименование блюд   | Выход, г | столы         |
|---|----------|---------------|
| Запеканка творожная со сметаной   | 180//5   | ОВД           |
| Запеканка творожная без сахара со сметаной                              | 170/5    | ОВД-9         |
| Запеканка творожная с сахаром со сметаной                               | 172/5    | ВЕД           |
| Каша ячневая п/м молоч вязкая несладкая с/м                             | 180/5    | ОВД-9         |
| Каша ячневая п/м молочная жидкая с маслом                               | 185/5    | ОВД ВЕД       |
| Чай с молоком сахаром   | 200      | ОВД ВЕД       |
| Чай с молоком без сахара  | 200      | ОВД-9         |
| Хлеб пшеничный  | 50       | ОВД ВЕД       |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД-9         |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>11 ЧАСОВ</b>   |          |               |
| Фрукты свежие в ассортименте  | 1 шт     | ОВД ВЕД       |
| Фрукты в ассортименте (яблоко зеленое, или апельсин, или мандарин-2 шт) | 1 шт     | ОВД-9         |
| <b>ОБЕД</b>   |          |               |
| Щи из свежей капусты и картофеля вегетарианские со сметаной             | 400/20   | ОВД ВЕД ОВД-9 |
| Макаронные изделия отварные с маслом                                    | 170/5    | ОВД ОВД-9 ВЕД |
| Печень по строгановски с соусом   | 50/40    | ОВД ОВД-9 ВЕД |
| Икра кабачковая   | 100      | ОВД ОВД-9 ВЕД |
| Компот из сухофруктов сладкий витаминиз.                                | 200      | ОВД ВЕД       |
| Компот из сухофруктов несладкий витамин                                 | 200      | ОВД-9         |
| Хлеб пшеничный  | 50       | ОВД ВЕД       |
| Хлеб ржаной   | 100      | ОВД-9         |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД ВЕД       |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>УЖИН</b>   |          |               |
| Рагу овощное тушеное в сметанном соусе                                  | 200      | ОВД ОВД-9 ВЕД |
| Фрикаделька мясная паровая с маслом                                     | 50/5     | ОВД ОВД-9     |
| Биточки мясные паровые с маслом   | 100/5    | ВЕД           |
| Чай с сахаром   | 200      | ОВД ВЕД       |
| Чай без сахара  | 200      | ОВД-9         |
| Хлеб ржаной   | 50       | ОВД ОВД-9 ВЕД |
| Бульон куриный  | 400      | ХИР           |
| <b>НА НОЧЬ</b>  |          |               |
| Кефир   | 200      | ОВД ОВД-9 ВЕД |

Роспись зав. производства:

# Порядок оказания медицинской помощи по профилю «диетология» в стационарах ЛПУ

**Главный врач**

Заместитель  
по лечебной работе

**Совет по питанию**

**Пищеблок**

Группа  
нутритивной поддержки

**Диетврач**

диетсестра

Реанимация

Клинические  
отделения

Хирургия

Терапия

Педиатрия

Приказ Минздрава России  
№ 330 от 5.08.2003 с  
изменениями, внесенными  
приказами МЗСР РФ:  
№ 624 от 7.10.2005 г.,  
№ 2 от 10.01.2006 г.,  
№ 316 от 26.04.2006 г.



*Спасибо за внимание!*

