



# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА НЕДЕЛЮ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ С ПОСТХОЛЕЦИСТЭКТОМИЧЕСКИМ СИНДРОМОМ

День	1 прием	2 прием	3 прием	4 прием	5 прием
I	Каша из риса молочная, протертая, с 20 г масла сливочного, творог низкопроцентный (100 г), чашка кофе	50 г сухарей. 2 ложки отрубей, стакан компота.	Суп из овсянки, протертый, с добавлением яйца, котлета из мясного фарша (100 г), отварная вермишель (150 г), чай с добавлением молока.	Порция желе из винограда.	Пудинг творожный, тефтели из рыбы. картофельное пюре, чашка чая.
II	Омлет, приготовленный на пару, из двух яиц, гречка с маслом (120 г), кофе.	Малопроцентный творог (70 г), чашка чая.	Суп овощной, 110 г отварного мяса, 150 г вареного риса, отвар из шиповника – одна чашка.	Свекольный салат (120 г), яблочный компот (1 чашка).	Рыба вареная, 150 г пюре из моркови, чай
III	Молочная овсянка, сыр с низким процентом жира, кофе.	Яблоко печеное, бутерброд с сыром (низкопроцентным), чай.	Молочный рис, тефтели из мяса курицы, пюре из кабачков 150 г, компот с добавлением чернослива.	Кисель с сухарями, 50 г галет.	120 г моченой в молоке сельди, 200 г капусты тушеной цветной, чай с добавлением молока.
IV	Каша из риса, 150 г фрикаделек из мяса, кофе.	200 г печеной груши, 70 г нежирного творога, чай	Суп из любых овощей, 120 г мясных фрикаделек, овощи вареные 150 г, 200 мл компота из кураги.	100 г джема, 50 г сухарей, стакан сока.	Треска запеченная, морковь вареная, чай.
V	Пшенка, мясное пюре, кофе.	Нежирный йогурт, 2 томата, чай с добавлением молока.	Суп на мясе с добавлением овощей, котлета мясная, капуста печеная, клюквенный компот.	Сок с сухарями и мармеладом.	120 г рыбной котлеты, пюре из тыквы, чай.
VI	Каша из кукурузы, мясо в виде паштета, кофе.	Две ложки отрубей, 100 г огурца, чай.	Суп из овощей и риса, 110 г вареного мяса, пюре из бурака, компот.	Творожники, сок.	120 г вареной рыбы, пюре из картошки, чай.
VII	Запеканка из творога, каша из ячменя, кофе.	2 мандарина, низкопроцентный йогурт, чай с молоком.	Рассольник, макароны с гуляшом, брусничный компот.	Пудинг рисовый, сок с сухарями.	Голубцы, тыква печеная, чай.

