



Директор
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Иванова А.А./

МЕНЮ
2 марта 2026 г.

старшая школа

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16	24	2,1	288	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,6	3	52,3	267	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	13	91	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			535	27,4	36,8	77,3	753	10,7
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	75	1,2	4,5	7,3	74	3,6
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,6	4,6	7,4	112	8,7
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	14,3	18,1	9,3	256	0,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,2	25	170	12,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	59	3,9	0,5	25	120	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			864	26,7	33,9	74	732	25,1
Полдник								
2008	444	ОЛАДЬИ	130/15	8,5	14,8	50,8	371	0,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			345	9,5	15	71	457	4,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	65	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	110	23,9	13,9	7,4	281	17,1
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,6	34,2	200	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5		45	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,6	121	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,7	80	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,6	44	0,1
Итого			616	39	25,3	100,1	815	27,95
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%	200	5,6	5	9	113	1,4
Итого			200	5,6	5	9	113	1,4
Всего				119,5	128,4	349,6	3100	69,55

Медсестра _____ Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
2 марта 2026 г.**младшая школа**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16	24	2,1	288	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	77	5,8	2,2	39,5	201	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,9	90	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			507	25,5	33,5	64,4	664	10,7
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	55	1	4,3	5,6	65	2,7
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,1	4	6	91	6,8
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	85	12,8	15,9	8,3	228	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,3	5,4	22,2	151	10,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,7	80	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			734	22,8	29,9	58,8	615	20,7
Полдник								
2008	444	ОЛАДЬИ	100/10	6,3	10,2	37,4	267	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			310	7,3	10,4	57,6	353	4,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	46	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	75	15,2	9,4	5,6	189	10,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	3,5	25,3	149	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,6	121	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,5	60	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,5	35	0
Итого			522	27,3	18,8	81	622	18,36
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%	200	5,6	5	9	113	1,4
Итого			200	5,6	5	9	113	1,4
Всего				99,8	110	289	2597	55,36

Медсестра

Андреева С.Н.