

Согласовано

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

МЕНЮ

4 февраля 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	20					0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,3	7,5	31	217	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	97	7,3	2,8	49,8	254	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,6	3	13	94	0,5
Итого			507	17,2	17,5	93,9	603	0,9
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	207	1,9	0,4	16,7	89	124
Итого			207	1,9	0,4	16,7	89	124
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	65	0,7	3	2,7	42	31,1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	200	3	2,9	9,4	91	5,3
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	85	13,2	11,1	6,5	194	9,3
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,1	3,5	23	140	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	82	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1	0,1	26,1	108	1,8
Итого			720	23,8	21	84,8	657	47,5
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
		БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,5	0,5	21	96	4
Итого			328	2,5	0,7	41,2	182	8
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	74	0,6	0,1	1,3	10	3,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	5,8	8,5	22,9	224	11,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		37	0
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	45	7,2	2,9	10,5	97	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			549	16,5	15,9	61,9	491	15,3
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				67,8	60,6	306,7	2130	197,1

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 февраля 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	26					0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,1	9,4	33,7	249	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	123	9,2	3,6	63,1	322	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,9	3	13,1	97	0,6
Итого			560	20,2	21,3	110	716	1,2
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	207	1,9	0,4	16,7	89	124
Итого			207	1,9	0,4	16,7	89	124
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	85	0,9	3,8	3,6	54	41,4
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	250	3,5	3,7	11,5	114	6,4
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	105	16,5	13,8	8,1	241	11,6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,3	4,5	29,9	182	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	45	3	0,4	19,3	93	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1	0,1	26,1	108	1,8
Итого			855	29,3	26,3	98,5	792	61,2
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	117	1,8	0,6	24,6	112	11,7
Итого			339	2,8	0,8	44,8	198	15,7
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	104	0,8	0,1	1,8	14	5,2
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	230	7,3	11,1	27,8	279	13,8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	45	7,2	2,9	10,5	97	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	60	4	0,5	25,4	122	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,6	44	0,1
Итого			645	19,7	19,9	76,2	604	19,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				79,8	73,8	354,4	2507	222,9

Медсестра

Андреева С.Н.