

Согласовано

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

МЕНЮ

5 мая 2025 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,4	13,7	1,7	157	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	18	4,2	5,4		67	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	104	7,8	3	53,3	272	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	13,5	71	0,2
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,4	0,4	8,9	43	9,1
Итого			529	20,5	29	77,5	658	9,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,7	3,9	9,8	82	5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,6	6,9	11,4	135	9,5
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	70	5,1	9,2	6,7	158	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,2	2,1	33,7	166	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,7	105	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,5	30	0
Итого			831	19	22,6	90,8	676	14,5
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	78	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			348	14,3	17,7	46,4	401	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	2,5	4,4	47	8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	7,6	8,2	20,1	241	10,2
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	80	8,7	9,2	16,2	182	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,7	105	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		10,5	44	0,8
Итого			613	21,2	20,4	72,9	619	19,2
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				81,9	95	315,9	2548	52,3

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

5 мая 2025 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,1	18,9	2	227	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,5		44	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	62	4,7	1,8	32	163	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	11,3	63	0,2
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,4	0,4	9	43	9,1
Итого			481	21,7	30,7	54,4	584	9,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	75	1,4	4,1	7,8	74	4
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,8	9,1	97	7,6
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	60	4,9	8,2	9,5	157	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,9	4,8	31,1	180	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,3	45	0
Итого			726	15,3	22,3	86,2	637	11,6
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	69	0,3	0,3	6,8	33	6,9
Итого			339	14,2	17,6	44,3	394	6,9
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,1	2,7	3,6	44	7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	155	6,2	6,3	16,2	191	8,3
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,3	6,3	11,7	130	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		10,5	44	0,8
Итого			528	16,6	15,7	59,4	493	16,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				74,7	91,6	272,6	2302	50

Медсестра

Андреева С.Н.