

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

6 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,5	21	172	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	74	5,6	2,2	38,2	195	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	3,2	2,6	12,4	87	0,5
Итого			494	19,2	21,6	72	562	0,9
II Завтрак								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	37,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			300	1,8	0,4	27,7	124	41,9
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСОМ	54	0,4	0,1	0,9	7	2,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	200	5,3	3,1	13,8	120	4,2
2008	259	ГУЛЯШ	70	3,9	5,4	2,9	115	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,9	4,7	19,8	133	9,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,5	0,5	22,2	107	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		15,7	64	0
Итого			716	16,2	13,8	75,3	546	17,4
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	105/30	1,2	5,4	18,8	127	2,5
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			335	12,5	17,8	37	357	2,5
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	135	1,8	2,2	12,3	77	5,1
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	80	3,7	5,8	6,1	126	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	59	4,4	1,7	30,5	156	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	2,1	0,3	13,3	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		7,2	30	0
Итого			510	12,2	14,1	69,5	490	5,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	44	1,6	3,1	12,2	83	0
Итого			244	7,4	8,1	20,2	189	1,4
Всего				69,3	75,8	301,7	2268	69,5

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

6 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,2	9	25,9	211	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	51	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	101	7,5	2,9	51,7	264	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	3,7	2,9	12,5	92	0,5
Итого			543	23	25,6	90,5	688	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	37,9
Итого			300	1,8	0,4	27,7	124	41,9
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	72	0,6	0,1	1,2	9	3,6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	250	6,5	3,8	17,6	145	5
2008	259	ГУЛЯШ	80	4,4	6,2	3,4	131	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,4	25,6	167	12,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,5	0,5	22,2	107	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	17,5	72	0
Итого			834	19,1	16,1	87,5	631	22
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	135/30	1,5	7,2	22,1	158	2,7
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			365	12,8	19,6	40,3	388	2,7
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	135	1,8	2,2	12,3	77	5,1
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	100	4,5	7	7,6	153	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	99	7,4	2,9	50,8	259	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	63	4,2	0,6	26,8	129	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,6	44	0,1
Итого			603	18,3	17,9	108,2	709	5,6
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	44	1,6	3,1	12,2	83	0
Итого			244	7,4	8,1	20,2	189	1,4
Всего				82,4	87,7	374,4	2729	74,6

Медсестра

Андреева С.Н.