

Согласовано

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

МЕНЮ

7 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	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	22	5,1	6,4		79	0,2	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	220	4,8	7,1	31,1	209	0,5	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	100	7,5	2,9	51,4	262	0	
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1	12,2	64	0,2	
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,6	0,5	22,3	102	10,6	
			654	20,4	22,5	117	758	11,5	
Итого									
II Завтрак									
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0	
			200	11,3	12,4	18,2	230	0	
Итого									
Обед									
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	0,6	4,8	2,4	56	42,1	
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250	3,8	4,2	13,3	130	10,6	
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	15,2	5,9	7,4	144	2,3	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	175	3,7	5,1	25,6	164	12,5	
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,3	103	0	
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,1		12,3	50	0,1	
			840	26,7	20,4	82,3	647	67,6	
Итого									
Полдник									
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	51	1,4	1,7	39,4	180	0	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4	
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,6	0,5	22,3	102	10,6	
			357	4	2,4	81,9	368	14,6	
Итого									
Ужин									
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0	
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	195	6,8	7,9	8	179	27	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	80	6	2,3	41,1	210	0	
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	65	4,3	0,6	27,6	133	0	
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,6		10,8	49	3,7	
			588	23,3	20,5	87,8	683	30,7	
Итого					85,7	78,2	387,2	2686	124,4
Всего									

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

7 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	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	16	3,7	4,7		57	0,1	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	3,8	6	25,2	171	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	100	7,5	2,9	51,4	262	0	
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,4	1	10,2	56	0,2	
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,3	0,4	17,9	82	8,5	
			586	17,7	19,2	104,8	666	9,2	
Итого									
II Завтрак									
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0	
			200	11,3	12,4	18,2	230	0	
Итого									
Обед									
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	55	0,6	3,7	1,7	43	31,5	
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/10/7	3,2	3,7	10,3	106	8,5	
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	75	12,2	4,9	5,9	116	1,3	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,1	4,9	21,2	141	10,3	
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	82	0	
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ И ЧЕРНОСЛИВА	200	0,1		12,3	50	0,1	
			732	21,9	17,6	68,5	538	51,7	
Итого									
Полдник									
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	29	0,8	1	22,5	103	0	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4	
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,3	0,4	17,9	82	8,5	
			314	3,1	1,6	60,6	271	12,5	
Итого									
Ужин									
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0	
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	170	6	7,1	6,6	156	23,1	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	50	3,8	1,5	25,7	131	0	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0	
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	82	0	
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,4		8,1	38	4,2	
			507	18,5	18,2	57,9	514	27,3	
Итого					72,5	69	310	2219	100,7
Всего									

Медсестра

Андреева С.Н.