

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
8 декабря 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	17,1	25,7	2	308	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9		7,5	0,1	68	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	12,7	90	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140	0,6	0,6	13,7	66	14
Итого			576	28,7	39,6	80,8	799	14,7
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	65	1,2	3,3	6,1	60	3,4
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	4,4	5,6	6,8	101	7,8
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	75	3,4	4,7	6,5	111	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	175	3,7	6,3	25,3	173	12,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	62	4,1	0,5	26,4	127	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			827	16,8	20,4	71,1	572	23,4
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	125/15	8,4	12,5	49,8	346	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,6	35	0
Итого			340	8,6	12,5	58,4	381	0,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	70	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	120	27,1	12,6	6,9	286	19,6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,3	4,7	34,2	200	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,4	1,3	23,5	120	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,6	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,6	44	0,1
Итого			639	42,3	24,4	100,5	827	30,45
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	39,2	200	0
Итого			201	9,2	5,3	44,8	271	0,9
Всего				106,6	102,4	375,8	2936	73,85

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
/Иванова А.А./**МЕНЮ**
8 декабря 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	17,1	25,7	2	308	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	76	5,7	2,2	39,2	200	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,6	87	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140	0,6	0,6	13,7	66	14
Итого			546	26,6	35,3	67,6	699	14,7
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	50	0,9	3,3	4,7	52	2,5
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	3,7	5,1	5,6	87	6,2
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	60	2,8	4	5,5	93	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,3	5,6	22,3	153	10,8
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,6	85	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			707	13,5	18,4	55,7	470	19,5
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	95/10	6,2	9,2	36,7	253	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,6	35	0
Итого			305	6,4	9,2	45,3	288	0,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	50	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	85	17,2	8,5	5,3	189	12,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	3,8	25,3	151	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	3,4	1,3	23,5	120	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	2,1	0,3	13,2	64	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,2	33	0
Итого			537	29,3	18,2	81	625	19,86
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	39,2	200	0
Итого			201	9,2	5,3	44,8	271	0,9
Всего				86	86,6	314,6	2439	59,16

Медсестра

Андреева С.Н.