

Согласовано

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

МЕНЮ

12 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	14,9	21,3	2	259	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		3		27	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	98	7,4	2,8	50,5	257	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	3,3	13	100	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			523	26,9	30,8	75,4	691	10,8
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	75	1,3	4,2	7,5	73	4
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,6	3,9	7,4	102	9,7
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	10,6	13,2	9,2	198	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,3	25,7	166	12,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	58	3,9	0,5	24,8	119	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			843	23,2	27,1	74,6	658	26,7
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	120/15	7,5	12,9	43,6	319	0,3
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			335	8,5	13,1	63,8	405	4,3
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	65	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	85	17,2	11,8	6,3	223	12,3
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,7	3,7	36,8	204	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23	117	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,5	79	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		9,3	39	0,1
Итого			594	32,6	21,4	99,5	743	23,15
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	74	5,6	2,1	38,1	194	0
Итого			199	9,1	5,2	43,7	265	0,9
Всего				111,6	110	375,2	2992	65,85

Медсестра _____ Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

12 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	14,9	21,3	2	259	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	74	5,6	2,1	38,1	194	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,7	2,9	12,7	94	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			504	24,6	30,9	62,8	633	10,8
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	55	1	4	5,7	63	3
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3	3,2	6	84	7,7
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	70	9,5	11,8	8,1	176	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	4,4	22,8	145	11,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,5	79	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			724	19,4	23,7	59,1	547	22,2
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	90/10	5,4	9,2	32,3	233	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			300	6,4	9,4	52,5	319	4,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	46	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	60	11	7,9	4,5	148	7,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,3	2,9	27,4	153	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23	117	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	29	1,9	0,3	12,3	59	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,2	34	0
Итого			509	23,2	16,7	80,9	579	15,26
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	74	5,6	2,1	38,1	194	0
Итого			199	9,1	5,2	43,7	265	0,9
Всего				94	98,3	317,2	2573	53,36

Медсестра

Андреева С.Н.