

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31, Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

12 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	21	4,8	6,1		75	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,4	7,8	33	232	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	96	7,2	2,8	49,3	252	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,7	88	0,5
Итого			502	22,6	23,5	95,1	685	1
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	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	49	0,5	0,1	1,9	12	12,4
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	2,9	4,1	8,7	103	6,4
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	7,8	5,6	5,2	150	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	130	2,2	9,4	12,6	145	9,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			6,8	27	0
Итого			704	16,7	19,6	56,4	539	28,4
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	129	1	0,3	9,7	49	49,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			329	2	0,5	29,9	135	53,1
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	59	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	115	12,6	15,5	2,7	201	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	53	3,9	1,5	27	138	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	43	2,6	2	32,6	159	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			505	24,2	23,6	91,8	675	9,42
Всего				66,5	67,4	293,4	2120	95,92

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

12 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	26	5,9	7,6		93	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,8	9	33,9	252	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	119	8,9	3,4	61	311	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	12,8	90	0,5
Итого			551	27	28,1	107,8	794	1,2
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	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	49	0,5	0,1	1,9	12	12,4
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	3,8	4,8	13,3	135	8,5
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	85	8,8	6,4	5,9	168	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,7	10,2	14,7	163	11,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			811	19,1	21,9	64,8	611	32,1
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	174	1,4	0,3	13,1	66	66,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			374	2,4	0,5	33,3	152	70,1
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	78	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	120	10,4	13,7	3,1	176	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	96	7,2	2,8	49,3	252	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	59	3,9	0,5	25	121	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	43	2,6	2	32,6	159	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,6	44	0,1
Итого			602	28,3	24,6	129,4	850	12,69
Всего				77,8	75,3	355,5	2493	120,09

Медсестра

Андреева С.Н.