

Согласовано

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

13 октября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,2	18,6	2	224	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	22	5	6,4		79	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	59	4,4	1,7	30,5	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	11,8	65	0,2
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	111	0,4	0,4	10,8	52	11,1
Итого			508	23,7	33,2	55,2	620	11,7
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	70	1,2	4,3	7,3	72	3,8
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,6	5	9,8	103	7,7
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	65	5,5	10,2	9	174	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,1	4,3	32,6	181	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,4	46	0
Итого			725	16	24,2	87	657	11,5
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	84	0,3	0,3	8,3	40	8,4
Итого			354	14,2	17,6	45,8	401	8,4
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,1	2,7	3,6	44	7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	6,2	6,2	17,5	195	9
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,2	6,1	11,2	125	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,6	45	1,3
Итого			532	16,5	15,4	59,8	490	17,7
Ужин 2								
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
Всего				82,7	103	286,2	2484	53,3

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

13 октября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,5	13,4	1,7	154	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	34	7,9	10,1		124	0,2
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	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	13,7	73	0,2
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	111	0,4	0,4	10,9	52	11,1
Итого			560	23,9	33,2	77,2	709	11,7
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	90	1,7	4,2	8,9	80	4,6
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6	7,3	12,2	142	9,9
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	70	5,9	11,4	6,4	179	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	35,3	172	0
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			820	20,2	25,3	91,8	706	14,5
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			365	14,3	17,7	46,4	401	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	3,1	4,5	53	8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	7,7	8,1	22,1	246	11,3
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	80	8,6	8,6	15,2	172	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,6	45	1,3
Итого			617	21,2	20,2	73,6	618	20,8
Ужин 2								
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
Всего				91,9	109	327,4	2750	54,6

Медсестра

Андреева С.Н.