

Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 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	13,7	1,8	156	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	30	6,9	8,7		108	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	99	7,5	2,9	51,1	260	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	13,7	73	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	118	0,5	0,5	11,6	55	11,8
Итого			562	23,2	31,2	78,2	689	12,5
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	95	1,8	4,3	9,5	84	5,1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,1	7	12,3	140	10,7
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	70	6,2	12,7	6,4	189	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	35	171	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	22	106	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			827	20,8	26,5	93	721	15,8
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	101	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			371	14,3	17,7	46,4	401	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	3,1	4,4	53	8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	7,3	7,9	21,7	238	11
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	80	8,7	8,8	15,5	175	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	22	106	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,6	45	1,3
Итого			614	21	20,3	74,2	617	20,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				86,1	100,9	320	2620	57,8

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

15 сентября 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	18,9	2,1	226	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	19	4,3	5,5		68	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	60	4,5	1,7	30,7	157	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,8	66	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	118	0,5	0,5	11,6	55	11,8
Итого			513	23,3	32,8	56,3	616	12,4
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	75	1,4	4,4	7,5	75	4,1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,7	9,9	100	8,4
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	65	5,8	11,3	9	184	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	4,4	32,2	181	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,6	85	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,8	47	0
Итого			732	16,7	25,2	88	672	12,5
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	90	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			360	14,3	17,7	46,3	403	9
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,1	2,9	3,6	46	6,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	5,9	6,3	17,2	190	8,8
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,2	6,1	11,3	126	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,6	85	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,6	45	1,3
Итого			524	16,4	15,7	60,3	492	17,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				77,5	96,6	279,1	2375	56,7

Медсестра

Андреева С.Н.