

Согласовано

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

МЕНЮ
15 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,5	13,4	1,8	154	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	9,1	11,5		142	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	99	7,4	2,9	50,9	260	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1,3	14,4	77	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102	0,4	0,4	10	48	10,2
Итого			556	25,4	34,8	77,2	729	11
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	1,7	4,1	9,5	81	5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6,8	11,2	131	9,5
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	80	6,4	11,8	6,4	190	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	34,8	170	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			835	19,9	25,1	90,9	705	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	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,7	36	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	87	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			357	3,2	5,3	36,9	207	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	3,1	4,3	52	7,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	8,2	8,8	19,2	253	9,9
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	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,7	46	1,2
Итого			612	21,9	21,1	70,9	628	19,2
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				77,2	91,5	304,1	2461	53,7

Медсестра


 Андреева С.Н.

Согласовано

Директор
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
/Иванова А.А./**МЕНЮ**
15 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,2	18,6	2,1	224	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,3		91	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	4,5	1,7	30,5	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2	1,3	12,5	69	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			501	24,9	34,2	55,1	632	10,8
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	7,6	72	4
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,3	4,8	8,9	96	7,5
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	70	6,1	10,6	9,1	184	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	4,4	32,2	181	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,7	47	0
Итого			735	16,4	24,2	86,5	662	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	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,7	36	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	87	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			357	3,2	5,3	36,9	207	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	1,1	2,7	3,5	44	6,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	155	6,7	6,8	15,6	201	7,9
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,1	6,1	11,2	125	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,7	46	1,2
Итого			522	17	16	58	498	16,3
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				68,3	84,9	264,7	2191	47,6

Медсестра

Андреева С.Н.