

Секрет №31 Невского района

/Иванова А.А./

младшая школа

Медсестра  Андреева С.Н.

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

19 февраля 2026 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	8,7	27,9	214	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6	0,1	54	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	105	7,9	3,1	54,2	276	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,1	1,4	12,4	70	0,3
Итого			552	21,5	24,3	94,9	684	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	96	0,4	0,3	9,9	45	4,8
Итого			296	1,4	0,5	30,1	131	8,8
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	5,4	6,6	9,4	123	12,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	16,5	21,8	37,6	413	1,8
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,3	0,4	20,9	101	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	18,9	78	0
Итого			704	25,5	28,9	86,8	715	14,4
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	150/20	1,5	5,7	10,7	101	1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			370	12,8	18,1	28,9	331	1
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	1,5	2	5,7	47	23,7
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	17	6,8	8,1	162	2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,3	3,5	21,7	133	10,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	51	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	42	3,2	1,2	21,6	110	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,3	0,4	20,9	101	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,5		10,5	45	1,2
Итого			633	28,8	19,6	88,6	649	37,1
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	214	6,2	5,4	8,6	114	1,5
Итого			214	6,2	5,4	8,6	114	1,5
Всего				96,2	96,8	337,9	2624	63,7

Медсестра

Андреева С.Н.