

Согласовано

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



МЕНЮ

20 февраля 2026 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	17	4	5,1		63	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,5	8,1	33,1	236	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	97	7,3	2,8	49,9	255	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,5	2,9	12,9	93	0,6
Итого			509	22,3	23,1	96	685	1,1
II Завтрак								
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
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	57	0,6	0,1	2,2	14	14,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	3	4	8,6	99	6
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	7,7	5,6	5,4	149	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	125	2,1	10,4	11,6	151	8,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7	28	0
Итого			708	16,8	20,5	56,4	545	28,8
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	99	0,8	0,2	7,4	38	37,6
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			299	1,8	0,4	27,6	124	41,6
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	54	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	120	12,7	15,8	2,9	205	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	4	1,5	27,3	139	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,9	62	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	37	2,2	1,7	27,9	136	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			499	24	23,6	87,8	658	9,42
Всего				76,2	80	286	2242	80,92

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

20 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	22	5,1	6,5		80	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,9	9,2	33,4	252	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	122	9,1	3,5	62,6	319	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,7	3	13	95	0,6
Итого			560	26,8	26,8	109	788	1,4
II Завтрак								
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
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	57	0,6	0,1	2,2	14	14,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	3,6	4,6	12,9	130	8
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	85	8,7	6,3	5,9	167	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	155	2,7	11,2	13,9	169	10,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			815	19	22,6	64,3	615	32,7
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	134	1,1	0,3	10	51	50,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			334	2,1	0,5	30,2	137	54,9
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	73	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	125	10,4	13,9	3,3	180	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	97	7,3	2,8	49,9	255	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,9	125	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	37	2,2	1,7	27,9	136	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,4	43	0,1
Итого			599	28,1	23,8	126,1	831	12,69
Всего				87,3	86,1	347,8	2601	101,69

Медсестра

Андреева С.Н.