

Согласовано

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

20 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	15,6	22,5	2,1	273	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	39,2	200	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	13,1	89	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,4	0,4	8,9	43	9,1
Итого			491	24,9	31,9	63,4	643	9,8
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	45	0,8	4,3	4,5	61	2,4
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	3,4	5,8	81	6,7
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	75	10,6	13,2	8,3	195	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,4	5	23,1	151	11,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,3	83	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			721	20,1	26,3	59	571	20,8
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	100/10	6,3	9,9	37,4	264	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			310	7,3	10,1	57,6	350	4,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	42	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	85	17,2	9,8	5,4	202	12,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	4	3,3	25,3	146	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,4	1,3	23,5	120	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	2	0,3	13	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,6	35	0
Итого			523	29,2	19	81,3	634	19,86
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	39,2	200	0
Итого			201	9,2	5,3	44,8	271	0,9
Всего				102	105	324,3	2699	55,56

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

20 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	15,6	22,5	2,1	273	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9		7,7	0,1	70	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	101	7,6	2,9	52	265	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	13,1	91	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,4	0,4	8,9	43	9,1
Итого			521	26,9	36,2	76,2	742	9,8
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	65	1,1	4,4	6,1	68	3,3
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,2	3,9	7,2	98	8,5
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	85	11,9	15,1	9,3	220	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	3,8	5,7	25,9	171	12,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4,1	0,5	26	125	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			846	24,1	29,6	74,5	682	24,9
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	130/15	8,5	13,9	51,1	363	0,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			345	9,5	14,1	71,3	449	4,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	59	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	120	27,2	14,6	7,4	306	19,6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,2	34,2	196	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,5		41	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,4	1,3	23,5	120	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,3	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		11,2	46	0,1
Итого			621	42,3	25,2	101,2	836	30,45
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	39,2	200	0
Итого			201	9,2	5,3	44,8	271	0,9
Всего				123,3	122,8	386,2	3210	70,45

Медсестра

Андреева С.Н.