

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

24 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	19	4,4	5,6		69	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,6	8,1	33,6	238	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	95	7,1	2,8	48,8	249	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,4	2,8	13,2	93	0,6
Итого			504	22,5	23,5	95,7	687	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	52	0,6	0,1	2	13	13,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,3	8,9	119	7
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	7,5	5,4	5,2	144	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	115	2,1	9,8	11,1	142	9,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	55	3,6	0,5	23,3	112	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,1	28	0
Итого			697	17	21,1	57,6	558	29,6
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	89	0,7	0,2	6,7	34	33,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			289	1,7	0,4	26,9	120	37,9
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	15,9	2,9	206	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	52	3,9	1,5	26,7	136	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	33	2,2	0,3	14	67	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	43	2,6	2	32,5	159	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,4	42	0
Итого			507	24,5	24	93,2	685	9,42
Всего				77	81,4	291,6	2280	78,02

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

24 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	24	5,5	7		87	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9	9,1	34,2	256	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	119	8,9	3,5	61,2	312	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,6	2,9	13,3	95	0,6
Итого			554	27	27,7	108,8	797	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	52	0,6	0,1	2	13	13,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	3,8	5,8	13,2	147	9,1
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	80	8,4	6,2	5,8	162	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	145	2,5	10,6	13,8	160	11,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	55	3,6	0,5	23,3	112	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			8	32	0
Итого			799	18,9	23,2	66,1	626	33,6
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	1	0,2	9	46	45,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			320	2	0,4	29,2	132	49,7
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	71	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	130	10,5	14	3,3	181	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	95	7,1	2,8	48,8	249	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	66	4,3	0,6	27,8	134	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	43	2,6	2	32,5	159	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,8	45	0,1
Итого			611	28,7	24,9	132	865	12,69
Всего				87,9	88,6	354,3	2650	97,39

Медсестра

Андреева С.Н.