

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

26 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	28	6,6	8,4		103	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,8	7,8	34,4	239	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	94	7,1	2,7	48,5	247	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,4	2,8	12,8	91	0,5
Итого			512	24,9	25,9	95,8	718	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	64	0,5	0,1	4,8	24	24,4
Итого			264	1,5	0,3	25	110	28,4
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	15	15,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	3,1	4,5	8,6	111	3,8
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	80	7,6	5,3	5,1	154	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	130	2,2	10,4	11,8	151	10,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	48	3,2	0,4	20,4	98	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			6,8	27	0
Итого			718	16,8	20,7	55	556	29,1
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	64	0,5	0,1	4,8	24	24,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			264	1,5	0,3	25	110	28,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	41	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	90	8,4	11,7	2,6	148	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	26,6	135	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	29	1,9	0,3	12,3	59	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	49	2,9	2,3	36,5	178	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			466	20,2	20,1	94,8	636	9,42
Всего				64,9	67,3	295,6	2130	96,42

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

26 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	36	8,4	10,6		131	0,3
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,1	9,1	35,4	262	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	118	8,9	3,4	60,7	310	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,6	2,9	13	93	0,6
Итого			565	30	31,3	109,2	844	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	64	0,5	0,1	4,8	24	24,4
Итого			264	1,5	0,3	25	110	28,4
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	15	15,2
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	3,9	5,3	12,9	143	5
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	90	8,4	6	5,7	173	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	155	2,7	11,3	14,2	170	12,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	48	3,2	0,4	20,4	98	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			820	18,9	23,1	63,3	630	32,4
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	86	0,7	0,2	6,5	33	32,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			286	1,7	0,4	26,7	119	36,7
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	54	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	100	7,2	10,7	2,9	138	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	94	7,1	2,7	48,5	247	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	57	3,8	0,5	24,3	117	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	49	2,9	2,3	36,5	178	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,5	43	0,1
Итого			560	25,2	21,8	131,5	821	12,69
Всего				77,3	76,9	355,7	2524	111,59

Медсестра

Андреева С.Н.