

Согласовано

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

МЕНЮ

29 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	295	3,2	9	18,7	169	0,1
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	6	1,3	1,7		21	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	61	4,6	1,8	31,3	159	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,1	1,4	12,5	71	0,3
Итого			568	11,2	18,8	62,6	464	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1	4,1	5,2	63	3,3
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	6,1	6,9	7,7	121	7,3
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	85	7,4	11,4	9,2	213	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	5,8	20,4	146	9,8
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			10,7	43	0
Итого			726	20,2	28,6	70,4	669	20,4
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,2	33	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,3	0,3	7,3	35	7,5
Итого			345	3,1	5,2	34,8	199	7,5
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1,2	2,7	3,1	43	7,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	8,8	8,1	14	244	7,2
2008	6	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1	2,1	6,5	48	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		9,9	41	0,1
Итого			523	14,1	13,3	50,7	459	15
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				55,4	71,1	246,7	1983	48,7

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ**29 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	295	3,2	9	18,7	169	0,1
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	9	2,2	2,8		34	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,5	0,1	50	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	103	7,7	3	53,1	271	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,1	1,4	14,3	78	0,3
Итого			614	15,2	21,7	86,2	602	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	65	1,3	3,8	6,6	66	4,1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	11,7	11,9	9,6	195	9,1
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	95	8	13,2	6,3	224	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,3	6,5	21,9	160	10,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	21,9	105	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,3	29	0
Итого			827	27,7	35,9	73,6	779	23,8
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	85	0,4	0,4	8,9	40	3,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,2	33	0
Итого			355	3,2	5,3	36,4	204	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,3	3,3	3,7	52	8,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	11	9,6	17,4	300	9,1
2008	6	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,1	2,5	7,7	59	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	21,9	105	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		9,9	41	0,1
Итого			594	17,2	15,9	60,6	557	18
Всего				64,3	79	277	2228	49,9

Медсестра

Андреева С.Н.