

Согласовано

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



## МЕНЮ

2 мая 2024 г.

старшая школа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	7,6	27,4	200	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,7	3	52,4	267	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,1	67	0,3
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>20,8</b>	<b>23,6</b>	<b>92,3</b>	<b>664</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	136	0,5	0,4	14	64	6,8
<b>Итого</b>			<b>336</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>34,2</b>	<b>150</b>	<b>10,8</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	64	0,5	0,1	1,6	9	2,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	5,3	6,2	8,5	116	11,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	175	16,8	22,8	35	413	1,8
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	21,9	106	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		13	53	0
<b>Итого</b>			<b>741</b>	<b>26,1</b>	<b>29,6</b>	<b>80</b>	<b>697</b>	<b>15,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	125/20	1,3	6,6	9,3	102	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>12,6</b>	<b>19</b>	<b>27,5</b>	<b>332</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	1,4	2,5	5,6	51	24,3
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	95	14,8	7,9	8,7	166	1,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3	3,3	19,9	122	9,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,5	0,1	50	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23,1	118	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	21,9	106	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,5		9,9	43	1,7
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>26,5</b>	<b>21</b>	<b>89,2</b>	<b>656</b>	<b>37,1</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>106</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>93,3</b>	<b>98,8</b>	<b>331,2</b>	<b>2605</b>	<b>66</b>

Медсестра \_\_\_\_\_ Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

**МЕНЮ**

2 мая 2024 г.

**младшая школа**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,8	23,8	176	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	84	6,3	2,4	43,3	221	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,4	10,5	61	0,3
<b>Итого</b>			<b>509</b>	<b>18,4</b>	<b>19,9</b>	<b>78</b>	<b>566</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,4	0,3	10,4	47	5
<b>Итого</b>			<b>301</b>	<b>1,4</b>	<b>0,5</b>	<b>30,6</b>	<b>133</b>	<b>9</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,4		1,2	7	1,9
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	200	4,2	5,1	6,8	96	9,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	14,4	19,8	30,4	358	1,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,6	85	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		9,2	37	0
<b>Итого</b>			<b>639</b>	<b>21,8</b>	<b>25,3</b>	<b>65,2</b>	<b>583</b>	<b>12,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	120/20	1,1	5,5	20,6	135	3
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>12,4</b>	<b>17,9</b>	<b>38,8</b>	<b>365</b>	<b>3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	55	1,1	1,5	4,1	35	17,6
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	85	13,3	7,1	7,7	149	1,6
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,7	2,9	17,1	106	8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23,1	118	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,6	85	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,3		7,8	34	1,6
<b>Итого</b>			<b>561</b>	<b>23,5</b>	<b>17,3</b>	<b>77,5</b>	<b>564</b>	<b>28,8</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>106</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>83,3</b>	<b>85,9</b>	<b>298,1</b>	<b>2317</b>	<b>55,5</b>

Медсестра

Андреева С.Н.