

Согласовано

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

МЕНЮ

1 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,5	13,9	1,8	157	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	37	8,7	11		136	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,2	0,1	56	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,7	3	52,7	269	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	14,3	76	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			563	25,2	35,8	79,3	744	11,4
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	100	1,8	4,1	9,7	83	5,1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,3	6,8	11,3	133	9,6
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	75	6,3	11,8	6,6	187	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,4	2	35,4	172	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			836	20,2	25,1	92,3	709	14,7
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	50	1,9	3,5	13,8	94	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,4	0,4	8,9	40	3,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			341	2,5	3,9	32,8	175	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	3,1	4,1	51	8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	7,7	8,4	19,7	243	10,1
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	80	8,7	9	15,8	178	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,8	46	1,2
Итого			608	21,5	20,9	71,9	621	19,5
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				76,2	90,9	304,5	2441	54,6

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

1 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,2	19,1	2,1	228	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	24	5,6	7,1		87	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	62	4,6	1,8	31,7	162	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,4	68	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			508	24,7	34,6	56,7	639	11,3
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	80	1,4	4,2	7,7	74	4,1
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,3	4,9	9	97	7,6
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	65	5,9	10,5	9,4	182	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,1	4,7	32,7	185	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	83	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,6	47	0
Итого			735	16,4	24,7	87,5	668	11,7
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	50	1,9	3,5	13,8	94	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	81	0,3	0,3	7,9	38	8,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			331	2,4	3,8	31,8	173	8,1
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	1,1	2,7	3,6	44	6,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	6,2	6,4	15,7	192	8
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,2	6,1	11,6	127	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	83	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,8	46	1,2
Итого			517	16,7	15,6	58,8	492	16,5
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				67	83,9	263	2164	53

Медсестра

Андреева С.Н.