

Согласовано

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

2 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,7	21,5	177	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	74	5,6	2,2	38,2	195	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,2	2,6	12,7	88	0,5
Итого			504	19,5	21,8	72,8	568	0,9
II Завтрак								
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
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	39	0,3		0,7	5	2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	200	5,8	3,2	15,1	128	4,4
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190	6	9,8	23,3	240	11,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21	101	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		15,4	63	0
Итого			679	15,6	13,4	75,5	537	17,8
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ИЗЮМОМ	120/30	2,3	8,2	17	151	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,2	42	0
Итого			350	2,5	8,2	27,2	193	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	135	1,8	2,8	12	80	5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	85	4	7,3	6	143	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	59	4,4	1,7	30,5	156	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,6	61	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		7,1	29	0
Итого			514	12,4	16,2	68,3	506	5,3
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				57,5	65	278,7	2030	63,4

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

2 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,6	9,3	26,4	217	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9		7,2	0,1	66	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	100	7,5	2,9	51,7	264	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,5	2,9	13	92	0,5
Итого			554	23,2	27,4	91,5	709	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	89	0,7	0,2	6,7	34	33,9
Итого			289	1,7	0,4	26,9	120	37,9
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	52	0,4	0,1	0,9	7	2,6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	250	6,9	4	18,9	157	5,6
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	235	7,5	11,9	28,2	290	14
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21	101	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	17,2	71	0
Итого			787	18,4	16,5	86,2	626	22,2
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150/30	2,8	10,6	20,1	187	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,2	42	0
Итого			380	3	10,6	30,3	229	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	135	1,8	2,8	12	80	5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	105	4,8	8,3	7,5	171	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	99	7,4	2,9	50,8	259	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	59	3,9	0,5	25,2	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,6	44	0,1
Итого			604	18,3	19,7	106,2	722	5,5
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				70,4	79,6	349,1	2512	68,2

Медсестра

Андреева С.Н.