

Согласовано

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



МЕНЮ

3 сентября 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 РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	27	6,3	8		99	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	220	5,4	8,1	33	228	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	100	7,5	2,9	51,2	261	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	13,5	72	0,2
Итого			553	20,9	25,4	97,8	707	1
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	0,6	7	2,4	75	37,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250	3,3	4,6	11	122	7,4
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	15,8	6,1	8,1	151	2,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	5,4	26	169	12,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,3	102	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	200			9,5	38	0
Итого			855	26,9	23,5	78,3	657	60
Полдник								
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	35	1	1,1	26,9	123	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	92	1,4	0,5	19,3	88	9,2
Итого			327	3,4	1,8	66,4	297	13,2
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	225	7,8	8,1	8	187	26,7
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	80	6	2,3	41,1	210	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	65	4,3	0,6	27,6	133	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,5		10,6	45	1,2
Итого			618	24,2	21,3	87,7	692	27,9
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	194	5,6	4,8	7,7	103	1,4
Итого			194	5,6	4,8	7,7	103	1,4
Всего				92,3	89,2	356,1	2686	103,5

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

3 сентября 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 РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,8		71	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	6,7	26,5	184	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	100	7,5	2,9	51,2	261	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	11,6	64	0,2
Итого			505	17,8	20,8	89,4	618	0,7
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	55	0,4	5,3	1,8	57	28,3
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/10/7	2,9	3,7	8,3	99	5,8
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,6	5,1	6,4	122	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,5	145	10,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17	82	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	200			9,5	38	0
Итого			742	21,8	19,7	64,5	543	45,4
Полдник								
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	74	1,1	0,4	15,5	71	7,4
Итого			294	2,7	1,3	51,2	228	11,4
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	195	6,6	7,1	6,8	162	22,8
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	50	3,7	1,4	25,6	130	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17	82	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		7,1	31	1,2
Итого			532	18,9	18,1	56,9	512	24
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	194	5,6	4,8	7,7	103	1,4
Итого			194	5,6	4,8	7,7	103	1,4
Всего				78,1	77,1	287,9	2234	82,9

Медсестра

Андреева С.Н.