

Согласовано

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

МЕНЮ

4 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								
			40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	200	5,6	4,9	26,2	172	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	6		5,2	0,1	47	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	108	8,1	3,1	55,6	283	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	2,9	11,4	87	0,5
			554	22,9	21,2	93,6	659	1
Итого								
II Завтрак								
			200	1	0,2	20,2	86	4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	136	0,5	0,5	13,4	64	13,6
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	336	1,5	0,7	33,6	150	17,6
Итого								
Обед								
			56	0,6	0,1	2,1	14	14,1
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ						
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250	7,8	7,2	20,2	178	7,1
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	90	16,2	18,7		233	0,7
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	35,1	171	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,1	102	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	22,2	92	1,7
			801	31,3	28,5	100,7	790	23,6
Итого								
Полдник								
			70	6	6,6	40,4	247	0,1
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	185/15	0,2		8,6	35	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	371	6,6	7	58,9	330	10,2
Итого								
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	75	0,6	6,9	2,6	76	62,7
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	85	17,1	2,2	0,8	91	3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,4	4,7	23,1	149	11,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	39	3	1,1	20,2	103	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/8	0,4		8,8	37	0,1
			603	27,1	20,5	72,6	585	77
Итого								
Ужин 2								
			200	5,8	5	8	106	1,4
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого				95,2	82,9	367,4	2620	130,8
Всего								

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 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								
			40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,5	22,9	170	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	200	3,2	2,7	11,2	83	0,5
Итого			499	19	20,7	72,7	556	0,9
II Завтрак								
			200	1	0,2	20,2	86	4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
Итого			301	1,4	0,6	30,1	134	14,1
Обед								
			40	0,4	0,1	1,5	10	10,1
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,4	0,1	1,5	10	10,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	6,4	5,7	16,3	143	5,7
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	70	24,2	6,6		158	2,31
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,7	3,9	28,2	158	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	22,2	92	1,7
Итого			675	36,4	16,8	85,2	643	19,81
Полдник								
			70	6	6,6	40,4	247	0,1
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	70	6	6,6	40,4	247	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,6	35	0
К/К	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	81	0,3	0,3	7,9	38	8,1
Итого			351	6,5	6,9	56,9	320	8,2
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	65	0,6	5,8	2,2	64	53,6
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	70	13,2	1,7	0,6	71	2,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,9	4,9	20	136	9,7
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	117	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/8	0,2		8,4	34	0
Итого			563	22,9	18,2	71,3	541	65,8
Ужин 2								
	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого				92	68,2	324,2	2300	110,21
Всего								

Медсестра _____ Андреева С.Н.