

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	5,7	27,4	183	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	112	8,4	3,3	57,8	295	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	12,6	88	0,5
Итого			558	22,8	22	98,2	683	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША	148	0,6	0,4	15,2	69	7,4
Итого			348	1,6	0,6	35,4	155	11,4
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	54	0,6	0,1	2,1	13	13,7
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250	8,3	7,7	18,9	178	7,1
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕНОЕ	95	17,8	20,1		254	0,8
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,4	2	35,5	173	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	53	3,5	0,5	22,3	108	0
2008	405	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	26,3	108	1,1
Итого			812	33,7	30,5	105,1	834	22,7
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	70	6	6,6	41,4	250	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	110	0,4	0,3	11,3	52	5,5
Итого			380	17,7	19,3	70,9	532	5,6
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	80	0,6	8,1	2,6	87	62,7
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	85	16,5	0,6	0,8	74	2,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,5	4,8	23,1	149	11,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	41	3,1	1,2	21,2	108	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,8	86	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,6	44	0,1
Итого			614	26,9	20,3	76,2	595	76
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	201	5,8	5	8	106	1,4
Итого			201	5,8	5	8	106	1,4
Всего				108,5	97,7	393,8	2905	118,1

Медсестра _____ Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

6 ноября 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	6,2	23,7	169	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	77	5,8	2,2	39,5	201	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,5	12,5	86	0,5
Итого			502	19	20,2	76,1	564	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША	110	0,4	0,3	11,3	52	5,5
Итого			310	1,4	0,5	31,5	138	9,5
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	39	0,4	0,1	1,5	9	9,8
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	6,8	6,1	16,3	148	6
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	80	25,9	7,1		169	2,46
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	145	3	4,2	32	178	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,8	86	0
2008	405	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	26,3	108	1,1
Итого			706	39	18	93,9	698	19,36
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	70	6	6,5	41,4	249	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	88	0,4	0,3	9	41	4,4
Итого			358	17,7	19,2	68,6	520	4,5
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	65	0,6	5,8	2,2	64	53,6
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	70	12,7	0,5	0,6	58	1,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3	4,7	20,7	137	10,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,8	121	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,8	86	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		10,1	41	0
Итого			573	22,8	16,8	75,3	544	65,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	201	5,8	5	8	106	1,4
Итого			201	5,8	5	8	106	1,4
Всего				105,7	79,7	353,4	2570	101,16

Медсестра

Андреева С.Н.