

Согласовано

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

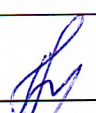
МЕНЮ

8 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16,7	24,3	2,1	294	0,2
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	5,5	2,1	38	194	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,7	12,5	87	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	144	0,6	0,6	14,1	68	14,4
Итого			548	26	33,9	66,8	681	15,1
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	4,4	6,4	69	3,3
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,7	3,6	5,5	83	5,5
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	11,6	14,6	8,1	210	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,4	5,3	23,2	154	11,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,2	83	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			746	21,5	28,3	60,4	599	20,6
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	100/10	6,4	10,1	37,1	265	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			310	7,4	10,3	57,3	351	4,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	42	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	70	13,2	8,9	5,6	173	9,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	3,4	25,3	148	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	44	3,3	1,3	22,8	116	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,9	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8	33	0
Итого			511	25,1	18,2	80,1	600	16,86
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	74	5,5	2,1	38	194	0
Итого			199	9	5,2	43,6	265	0,9
Всего				100,3	108,3	326,4	2726	57,66

Медсестра


 Андреева С.Н.

МЕНЮ

8 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16,7	24,3	2,1	294	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	51	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	98	7,3	2,8	50,1	256	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	2,8	12,7	91	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	144	0,6	0,6	14,1	68	14,4
Итого			574	28,1	36,2	79,1	760	15,1
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	85	1,6	4,4	8,4	79	4,4
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,1	4,3	7	102	6,9
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90	13,1	16,5	9,1	236	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	185	3,8	5,9	26,1	174	12,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,9	125	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			871	25,6	31,6	76,5	716	24,5
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	130/15	8,5	14	50,2	361	0,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			345	9,5	14,2	70,4	447	4,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	59	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	20,7	12,6	7,4	253	14,6
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,7	34,2	200	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	44	3,3	1,3	22,8	116	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10	41	0,1
Итого			600	35,7	23,9	99,2	780	25,45
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	74	5,5	2,1	38	194	0
Итого			199	9	5,2	43,6	265	0,9
Всего				119,2	123,5	387	3198	70,35