

Согласовано

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

МЕНЮ

11 февраля 2026 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)	32	7,4	9,4		116	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	220	5,6	10,5	32,5	248	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	98	7,4	2,8	50,4	257	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	13,9	75	0,3
Итого			556	22,3	29,3	96,9	744	1,1
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	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250	4,2	4,7	15,3	141	18,3
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	15,8	6,9	7,3	155	1,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	5,7	26,1	171	12,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	52	3,4	0,5	21,8	105	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	200			9,7	39	0
Итого			777	27,3	17,8	80,2	611	32,7
Полдник								
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	31	0,9	1	23,8	109	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	107	1,6	0,5	22,5	103	10,7
Итого			338	3,5	1,7	66,5	298	14,7
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	220	7,1	7,7	8,2	174	28
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	78	5,9	2,3	40,2	205	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	67	4,5	0,6	28,5	137	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,6		11,2	50	2,7
Итого			613	23,7	21	88,5	684	30,7
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				94	87,3	358,5	2675	80,6

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

11 февраля 2026 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)	22	5,2	6,6		81	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	7	26,5	186	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	98	7,4	2,8	50,4	257	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12	67	0,3
Итого			505	18,8	21,9	89	629	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	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/10/7	3,4	4,1	11,9	115	16,5
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,5	5,8	5,8	125	0,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,4	21,6	148	10,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	200			9,7	39	0
Итого			688	21,8	15,7	66,4	511	27,6
Полдник								
2008	К/К	ВАФЛИ ФРУКТОВЫЕ С НАЧИНКОЙ	17	0,5	0,6	13,5	62	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	86	1,3	0,4	18	82	8,6
Итого			303	2,8	1,2	51,7	230	12,6
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	190	6,2	6,7	7	151	24,1
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	49	3,7	1,4	25,2	128	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,4		8,2	38	3,3
Итого			527	18,6	17,7	58,2	508	27,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				79,2	74	291,7	2216	70

Медсестра

Андреева С.Н.