

Согласовано

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

МЕНЮ

16 января 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 ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	23					
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,2	8	33,3	235	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	123	9,2	3,6	63,1	322	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	67	0,3
Итого			552	18,3	18,2	108,7	672	0,8
II Завтрак								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	189	0,8	0,6	19,5	89	9,5
Итого			189	0,8	0,6	19,5	89	9,5
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	75	1,1	4,8	3,9	64	7,1
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	250	2,4	2,9	17,4	108	6,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	7,4	8,9	18,5	244	9,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	63	4,2	0,6	26,7	128	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	16,5	69	0,2
Итого			778	15,4	17,3	83	613	23,4
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	37					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,4	0,3	9,8	45	4,7
Итого			332	1,4	0,5	30	131	8,7
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	265/0/25	2	5,2	24,7	154	2,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	82	6,1	2,4	42,1	214	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,9	46	1,1
Итого			585	8,6	12,9	77,8	462	3,6
Всего				44,5	49,5	319	1967	46

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

16 января 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 ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	23					0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	6,5	29,8	203	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5	0,1	45	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	97	7,3	2,8	49,7	253	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	67	0,3
Итого			506	15,4	15,6	91,8	568	0,7
II Завтрак								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	189	0,8	0,6	19,5	89	9,5
Итого			189	0,8	0,6	19,5	89	9,5
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	75	1,1	4,8	4,3	66	7,1
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	200/18/7	2,1	2,6	13,9	90	5,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	7,3	8,7	16,7	235	8,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,8	86	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2	0,1	13,1	55	0,1
Итого			717	13,5	16,6	65,8	532	21
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	31					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
К/К	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	76	0,3	0,2	7,8	36	3,8
Итого			307	1,3	0,4	28	122	7,8
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	245/0/20	1,8	4,1	16,7	111	1,9
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	56	4,2	1,6	28,8	147	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		10,4	44	1,1
Итого			529	6,3	10,6	56	346	3
Всего				37,3	43,8	261,1	1657	42

Медсестра

Андреева С.Н.