

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
18 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ						
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	32	4,6	4,2	0,3	57	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	4,6	6,5	23,8	171	0,4
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	5		4,2	0,1	38	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	77	5,8	2,2	39,5	201	0
Итого			200	3,1	2,5	12,6	86	0,5
			494	18,1	19,6	76,3	553	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			290	1,4	0,6	29	128	13
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	33	0,4	0,1	1,3	8	8,4
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	5,9	5,5	15,4	135	5,8
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕНОЕ	65	22,3	6,1		145	2,12
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,7	3,7	28,3	158	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,5	84	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	25,5	105	1,5
Итого			664	34,1	15,9	88	635	17,82
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	70	6	6,7	41,3	251	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
К/К	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	72	0,3	0,3	7,1	34	7,2
Итого			342	17,6	19,4	66,6	515	7,3
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	145	2,9	4,8	20,4	138	9,9
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	41	2,7	0,4	17,5	84	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		10,1	41	0
Итого			572	23,1	18,1	74,7	556	66
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				100,1	78,6	342,6	2493	106,42

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
18 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ						
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	32	4,6	4,2	0,3	57	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	200	5,6	5,2	27,5	179	0,5
			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	3,3	2,7	12,7	89	0,5
Итого			550	21,9	20,6	98,4	667	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	121	0,5	0,5	11,9	57	12,1
Итого			321	1,5	0,7	32,1	143	16,1
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	47	0,5	0,1	1,8	11	11,8
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250	7,4	6,9	19,1	169	7,3
2008	307	МЯСО ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	85	15,2	17,7		221	0,7
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	35,3	172	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,8	105	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	25,5	105	1,5
Итого			788	29,9	27,3	103,5	783	21,3
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВИТУШКА"	70	6	6,7	41,3	251	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			360	17,7	19,5	68,3	523	9,1
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	75	0,6	8,1	2,6	87	62,7
2008	229	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	85	17,1	2,2	0,8	91	3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,5	4,8	23,4	151	11,3
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	41	2,7	0,4	17,5	84	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,6	44	0,1
Итого			613	27,4	21,9	76,2	612	77,1
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				104,2	95	386,5	2834	126

Медсестра

Андреева С.Н.