

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

младшая школа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25					0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,1	6,7	28,9	201	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	95	7,1	2,7	48,7	248	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	11,4	63	0,2
Итого			506	14,9	15,6	89,1	557	0,6
II Завтрак								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	171	0,7	0,5	17,6	80	8,6
Итого			171	0,7	0,5	17,6	80	8,6
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	1	4,7	4,1	64	5,8
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	200/18/7	2,2	2,5	15,1	96	5,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	5,9	7,6	17,5	204	9,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17	82	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		11,1	46	0,1
Итого			710	11,9	15,2	64,8	492	20,4
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	35					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	69	0,3	0,2	7,1	32	3,4
Итого			304	1,3	0,4	27,3	118	7,4
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	190/0/20	1,9	3,7	18,2	113	2,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	55	4,1	1,6	28,3	144	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		10,4	45	1,8
Итого			473	6,3	10,2	57	346	3,9
Всего				35,1	41,9	255,8	1593	40,9

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

20 декабря 2024 г.

старшая школа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25					0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7	7,5	32,9	228	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	120	9	3,5	61,4	313	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,7	1,2	11,4	63	0,2
Итого			551	17,7	16,9	105,7	646	0,7
II Завтрак								
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	171	0,7	0,5	17,6	80	8,6
Итого			171	0,7	0,5	17,6	80	8,6
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	1	4,7	3,8	63	5,8
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	250	2,7	3,1	18,8	118	6,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	6,5	8,2	19,5	225	10,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	60	4	0,5	25,6	123	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2	0,1	14,4	59	0,1
Итого			770	14,4	16,6	82,1	588	22,7
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	41					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	85	0,3	0,3	8,8	40	4,3
Итого			326	1,3	0,5	29	126	8,3
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	210/0/25	2,1	5,2	26,5	162	2,8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	80	6	2,3	41,1	210	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,8	46	1,5
Итого			528	8,6	12,2	78,4	460	4,3
Всего				42,7	46,7	312,8	1900	44,6

Медсестра

Андреева С.Н.