

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
21 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,6	8,2	24,4	194	0,7
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	66	5	1,9	34,1	174	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,8	66	0,3
2208	К/К	БАНАН СВЕЖИЙ	78	1,2	0,4	16,4	75	7,8
Итого			529	13,6	16	86,8	547	8,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,7	3,4	2,9	45	4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	200	3,3	3,7	13,3	117	5,6
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,7	0,5		63	0
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ ТК № 378	30	2,8	5,8	3,7	79	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,3	145	10,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	83	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	14	64	40,3
Итого			745	27,7	19,1	72,3	596	60,2
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	2,7	7,9	14,4	139	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			330	14	20,3	32,6	369	0
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	60	0,5	2,9	2,2	37	51,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	7	13,4	14,8	252	23,9
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	73	5,5	2,1	37,7	192	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,1	83	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		8,5	36	1,1
Итого			560	16	22,9	80,4	637	76,6
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	207	6	5,2	8,3	110	1,4
Итого			207	6	5,2	8,3	110	1,4
Всего				78,3	83,7	300,6	2345	151

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
21 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	9,1	27,5	217	0,8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	66	5	1,9	34,1	174	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,8	66	0,3
2208	К/К	БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,5	0,5	20,4	93	9,7
Итого			569	14,5	18	93,9	597	10,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,9	4,5	3,5	59	5,4
2008	89	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	250	4	4,7	17	147	7,2
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	15,4	0,5		66	0
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ ТК № 378	30	2,8	5,8	3,7	79	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,4	5,6	22,7	156	11
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	15,3	72	52,4
Итого			831	30,3	21,7	83,7	682	76
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	3,2	9,9	19	179	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			360	14,5	22,3	37,2	409	0,1
Ужин								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	75	0,7	3,7	2,9	49	68,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	7,7	14,5	16,3	277	26,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9		7,2	0,1	66	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	66	5	1,9	34,1	174	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,4		10,8	45	0,9
Итого			601	17,2	27,7	85,7	714	95,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	207	6	5,2	8,3	110	1,4
Итого			207	6	5,2	8,3	110	1,4
Всего				83,5	95,1	329	2598	187,8

Медсестра

Андреева С.Н.