

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
22 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	20					0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	7,5	30,9	218	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	97	7,3	2,8	49,8	254	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,2	2,6	12,3	86	0,5
Итого			502	16,7	17,1	93,1	596	0,9
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	199	1,8	0,4	16,1	86	119,5
Итого			199	1,8	0,4	16,1	86	119,5
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	50	0,5	2,8	2	36	23,1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	200	2,6	2,9	8,2	81	4,5
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,8	10,7	6,5	189	9
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,1	3,5	23	140	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	24,5	101	1,5
Итого			696	22,8	20,4	81,6	631	38,1
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
		БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,5	0,5	21	96	4
Итого			320	2,5	0,7	41,2	182	8
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	66	0,5	0,1	1,1	9	3,3
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	5,1	8,3	19,9	201	9,8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2		38	0
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	40	6,2	2,5	10,5	90	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		9,6	40	0
Итого			512	14,7	15,5	58,5	462	13,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				64,4	59,2	298,6	2065	181,3

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
22 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25					0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7	7	33,3	225	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	121	9,1	3,5	62,3	318	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	12,4	88	0,5
Итого			552	19,5	18,5	108,1	678	1
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	199	1,8	0,4	16,1	86	119,5
Итого			199	1,8	0,4	16,1	86	119,5
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	65	0,7	3,7	2,8	49	30,9
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	250	3,2	3,5	10,2	101	5,5
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	16	13,5	8,1	236	11,3
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,3	4,5	29,9	182	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	46	3,1	0,4	19,6	94	0
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,1	0,1	24,5	101	1,5
Итого			826	28,4	25,7	95,1	763	49,2
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	108	1,6	0,5	22,6	103	10,8
Итого			330	2,6	0,7	42,8	189	14,8
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	93	0,8	0,1	1,6	12	4,7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	195	6,2	10,3	24,3	247	12
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	40	6,2	2,5	10,5	90	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	62	4,1	0,5	26,2	126	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,1	42	0,1
Итого			596	17,7	18,6	72,8	564	17,1
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				75,9	69	343	2388	203

Медсестра

Андреева С.Н.