

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
24 февраля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,3	8	22,7	185	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	75	5,6	2,2	38,3	195	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,4	2,8	12,9	91	0,6
Итого			505	19,9	22,3	74,3	579	1
II Завтрак								
2008	К/К	ЯБЛОКО	81	0,3	0,3	7,9	38	8,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			281	1,3	0,5	28,1	124	12,1
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	39	0,3		0,7	5	2
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	200	6,2	3,2	15,9	131	4,4
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	185	5,7	9,7	22,5	233	11,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,3	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		15,3	63	0
Итого			674	15,7	13,3	75,7	534	17,6
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ИЗЮМОМ	105/30	2,3	8,2	17	151	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			335	13,6	20,6	35,2	381	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	170	2,3	2,9	15,2	96	6,5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	85	3,8	7,2	5,9	139	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	60	4,5	1,7	30,6	156	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,8	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		7,1	29	0
Итого			550	12,8	16,2	71,7	519	6,7
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				69,2	78	293,1	2245	38,9

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
24 февраля 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,9	9,7	27,9	228	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9		7,5	0,1	68	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,6	3	52,3	267	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,7	3,1	13	95	0,6
Итого			556	23,8	28,4	93,6	728	1,2
II Завтрак								
2008	К/К	ЯБЛОКО	81	0,3	0,3	7,9	38	8,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			281	1,3	0,5	28,1	124	12,1
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	53	0,4	0,1	0,9	7	2,7
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	250	7,4	3,8	19,7	160	5,6
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	225	7,2	12	27,3	284	13,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,3	102	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	17,1	70	0
Итого			778	18,6	16,4	86,3	623	21,8
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130/30	2,8	10,6	20,1	187	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			360	14,1	23	38,3	417	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	170	2,3	2,9	15,2	96	6,5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	100	4,6	8,1	7,3	166	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	99	7,5	2,9	51,1	260	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	59	3,9	0,5	25,2	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,5	43	0,1
Итого			634	18,7	19,6	109,4	733	6,9
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				82,4	93	363,8	2733	43,5

Медсестра

Андреева С.Н.