

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 ноября 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	17,32	25,72	2,12	310,59	0,22
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,15	0,05	37,59	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,73	2,21	39,25	200,07	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,24	2,69	12,60	88,52	0,51
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,75	56,36	11,99
Итого			526	26,80	35,25	65,77	693,13	12,72
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	45	0,82	4,36	4,41	60,43	2,43
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,61	3,61	5,68	83,93	5,97
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	85	12,51	15,77	8,34	225,24	0,55
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,49	5,48	23,75	158,72	11,55
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,66	0,35	17,04	82,00	0,00
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			735	22,09	29,57	59,22	610,32	20,50
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	100/10	6,30	10,16	37,96	268,60	0,25
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,36	0,00	10,56	43,66	0,08
Итого			310	6,66	10,16	48,52	312,26	0,33
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	46	2,38	0,15	5,44	31,40	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90	19,12	10,24	5,57	216,87	13,78
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,97	3,60	25,30	149,55	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,09	0,05	37,03	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,45	1,33	23,64	120,52	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2,00	0,27	12,81	61,64	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,18	0,00	8,19	33,46	0,04
Итого			537	31,13	19,68	81,00	650,47	21,48
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,73	2,21	39,25	200,07	0,00
Итого			201	9,23	5,34	44,89	270,71	0,88
Всего				96,91	100,20	319,60	2 622,89	59,91

Медсестра

Андреева С.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 ноября 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	17,32	25,72	2,12	310,59	0,22
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,64	2,95	52,36	266,91	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,38	2,78	12,72	90,51	0,52
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,48	0,48	11,75	56,36	11,99
Итого			557	28,87	40,18	79,03	799,17	12,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,06	4,44	5,85	67,95	3,21
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,25	4,43	7,06	103,21	7,58
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	95	14,05	17,75	9,37	253,19	0,62
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,94	6,21	26,74	179,13	12,97
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	60	3,99	0,53	25,52	122,78	0,00
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			855	26,29	33,36	74,54	726,26	24,38
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,36	0,00	10,56	43,66	0,08
2008	444	ОЛАДЫ	130/15	8,67	14,20	51,54	368,56	0,36
Итого			345	9,03	14,20	62,10	412,22	0,44
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	65	3,33	0,22	7,64	44,07	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	135	30,34	14,67	7,51	323,16	22,07
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,03	0,05	45,63	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,45	1,33	23,64	120,52	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,66	0,35	17,04	82,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,36	0,00	10,56	43,66	0,08
Итого			642	45,54	26,24	100,67	859,25	32,90
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,73	2,21	39,25	200,07	0,00
Итого			201	9,23	5,34	44,89	270,71	0,88
Всего				119,96	119,52	381,43	3 153,61	75,33

Медсестра

Андреева С.Н.