

Согласовано

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



МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

старшая школа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	16	22	2,1	271	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		3,6		33	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	101	7,5	2,9	51,7	264	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,4	2,8	16,4	105	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	151	0,6	0,6	14,8	71	15,1
Итого			581	27,5	31,9	85	744	15,8
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	80	1,4	3,6	8,1	71	4,2
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,9	4,2	7,7	110	9,5
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	75	10	11,4	9,3	179	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	4,8	25,7	163	12,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	60	4	0,5	25,3	122	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			845	23,2	24,5	76,1	645	26,7
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	114	1,7	0,6	24	110	11,4
Итого			336	2,7	0,8	44,2	196	15,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	68	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	140	32	13,7	6,8	320	23,5
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,7	3,3	36,5	199	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		3,6		33	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23,3	119	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		15,1	62	0,1
Итого			652	47,4	22,5	106,2	858	34,35
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	38,8	198	0
Итого			201	9,2	5,3	44,4	269	0,9
Всего				121,3	97,4	374,1	2942	93,15

Медсестра

Андреева С.Н.



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

МЕНЮ

26 апреля 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	16	22	2,1	271	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	38,8	198	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,2	2,6	16,4	103	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	151	0,6	0,6	14,8	71	15,1
Итого			556	25,5	31,6	72,2	681	15,8
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	3,4	6,1	60	3,2
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	3,6	6,2	90	7,6
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	65	9	9,9	8,2	159	0,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	4,2	22,8	144	11,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			725	19,2	21,5	60,2	534	22,3
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
		БАНАН СВЕЖИЙ	104	1,5	0,5	21	96	4
Итого			326	2,5	0,7	41,2	182	8
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	49	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	95	20,3	9,6	5,3	215	14,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,2	2,7	27	150	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,4	1,3	23,3	119	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		11,8	48	0
Итого			548	32,5	18,2	85,6	661	22,36
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	125	3,5	3,1	5,6	71	0,9
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	76	5,7	2,2	38,8	198	0
Итого			201	9,2	5,3	44,4	269	0,9
Всего				100,2	89,7	321,8	2557	69,36

Медсестра _____ Андреева С.Н.