

Согласовано

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


**МЕНЮ**

27 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,2	19,4	2,1	230	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ ( ПОРЦИЯМИ )	33	7,7	9,7		120	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	62	4,6	1,8	31,7	162	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,7	65	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	61	0,2	0,2	5,9	29	6,1
<b>Итого</b>			<b>472</b>	<b>26,5</b>	<b>37,3</b>	<b>51,5</b>	<b>650</b>	<b>6,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	80	1,4	4,3	7,7	75	4
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,3	4,9	9,7	100	4,9
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	65	4,5	5,8	9,3	142	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3	4,6	31,7	180	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,5	80	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,7	47	0
<b>Итого</b>			<b>734</b>	<b>14,8</b>	<b>19,9</b>	<b>86,6</b>	<b>624</b>	<b>8,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	50	1,9	3,5	13,8	94	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	46	0,2	0,2	4,5	22	4,6
<b>Итого</b>			<b>296</b>	<b>13,4</b>	<b>16,1</b>	<b>36,5</b>	<b>346</b>	<b>4,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,3	2,7	4	48	8,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	8,2	7,7	18,9	242	9,7
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	50	5,2	5,6	11,6	119	0,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	39	2,6	0,3	16,5	80	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,7	46	1,2
<b>Итого</b>			<b>566</b>	<b>17,8</b>	<b>16,3</b>	<b>61,7</b>	<b>535</b>	<b>19,5</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
<b>Итого</b>			<b>204</b>	<b>5,9</b>	<b>5,1</b>	<b>8,2</b>	<b>108</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>79,4</b>	<b>94,9</b>	<b>264,7</b>	<b>2349</b>	<b>45,2</b>

Медсестра

  
 Андреева С.Н.

Согласовано

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

Директор

**МЕНЮ**  
27 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,5	14,2	1,8	160	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ ( ПОРЦИЯМИ )	51	11,9	15,1		187	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,6	2,9	52,3	266	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	13,6	72	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	61	0,2	0,2	6	29	6,1
<b>Итого</b>			<b>529</b>	<b>28</b>	<b>37,8</b>	<b>73,7</b>	<b>751</b>	<b>7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	95	1,7	4,3	9,7	84	5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,5	7,1	12	139	6,3
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	70	4,5	6,5	6,7	143	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	34,3	167	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,2	0,4	20,8	100	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
<b>Итого</b>			<b>824</b>	<b>18,2</b>	<b>20,3</b>	<b>91,3</b>	<b>664</b>	<b>11,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	50	1,9	3,5	13,8	94	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	52	0,4	0,4	8,9	40	3,6
<b>Итого</b>			<b>302</b>	<b>13,6</b>	<b>16,3</b>	<b>40,9</b>	<b>364</b>	<b>3,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	90	1,5	2,7	4,6	51	9,4
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	10,2	9,9	23,7	306	12,1
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	75	7,4	8,3	16	167	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,2	0,4	20,8	100	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,5		10,7	46	1,2
<b>Итого</b>			<b>661</b>	<b>22,8</b>	<b>21,3</b>	<b>75,8</b>	<b>670</b>	<b>22,9</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
<b>Итого</b>			<b>204</b>	<b>5,9</b>	<b>5,1</b>	<b>8,2</b>	<b>108</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>89,5</b>	<b>101</b>	<b>310,1</b>	<b>2643</b>	<b>50,2</b>

Медсестра

Андреева С.Н.