

Согласовано

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

МЕНЮ

27 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	7,9	27,1	202	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	51	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	104	7,8	3	53,6	274	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	68	0,3
Итого			551	21	23	93,3	665	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	137	0,5	0,4	14,1	64	6,8
Итого			337	1,5	0,6	34,3	150	10,8
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,4	0,1	1,4	8	2,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	5,2	6,3	8,9	116	12,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	16,8	22,2	23,4	360	1,9
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	18,5	76	0
Итого			745	26	29,1	73,4	662	16,5
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	150/20	1,4	5,1	10	92	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			370	1,6	5,1	20,1	133	0,9
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	85	1,6	2	6,2	50	30,5
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	105	17,3	6,9	8,2	164	2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3	3,4	19,9	124	9,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	41	3,1	1,2	21,2	108	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,4		10,7	45	0,9
Итого			642	28,7	19,1	87,5	640	42,7
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				84,7	82	316,7	2358	73,2

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

27 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	6,6	23	170	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	77	5,8	2,2	39,7	202	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	68	0,3
Итого			502	17,8	19,4	75,3	548	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,4	0,3	10,4	48	5,1
Итого			301	1,4	0,5	30,6	134	9,1
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,3		1	6	1,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	200	4	5	7,2	95	9,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	15	19,9	20,4	320	1,5
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		12,3	50	0
Итого			646	22,1	25,3	57,8	552	12,9
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	130/20	1,1	4,2	8,1	76	0,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			350	1,3	4,2	18,2	117	0,9
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	65	1,3	1,1	4,6	34	22
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	95	15,7	6,1	7,5	147	1,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	135	2,5	3	17,2	107	8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	41	3,1	1,2	21,2	108	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,4	16,9	81	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,2		8,4	35	0,8
Итого			581	25,4	15,9	75,9	549	32,6
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				73,9	70,4	265,9	2008	57,6

Медсестра

Андреева С.Н.