

Согласовано

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


МЕНЮ

28 апреля 2026 г.

младшая 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,7	8,8	29,1	223	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	38,4	196	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,3	2,8	12,9	91	0,6
Итого			505	21,2	23,1	80,8	618	1
II Завтрак								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	90	0,7	0,2	6,8	34	34,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			290	1,7	0,4	27	120	38,2
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	42	0,3		0,7	6	2,1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	200	5,5	3,2	14,2	123	4,1
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	175	5,6	8,2	20,9	211	10,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		14,2	58	0
Итого			668	15	11,8	71,6	502	16,5
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ИЗЮМОМ	95/30	2,3	5,9	16,6	128	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			325	13,6	18,3	34,8	358	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	145	1,9	1,7	13,1	77	5,5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	80	3,7	4,8	5,8	116	0,3
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	30,7	157	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,9	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,2		7,3	30	0
Итого			520	12,3	12,6	69,9	479	5,8
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				69,7	71,3	292,3	2185	63

Медсестра


 Андреева С.Н.

Согласовано

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

Директор

МЕНЮ
28 апреля 2026 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	8,3	10,4	35	268	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	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	13	95	0,6
Итого			557	25,3	29,8	100,7	775	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	90	0,7	0,2	6,8	34	34,2
Итого			290	1,7	0,4	27	120	38,2
Обед								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСКОМ	56	0,4	0,1	1	7	2,8
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) С МЯСОМ	250	6,6	4	18,1	150	5,1
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	215	6,9	10,2	25,5	259	12,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		15,5	63	0
Итого			772	17,5	14,7	81,7	583	20,5
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	115/30	2,7	7,1	19,7	154	0,1
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			345	14	19,5	37,9	384	0,1
Ужин								
2008	137	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	145	1,9	1,7	13,1	77	5,5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ)	100	4,5	6,2	7	144	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	100	7,5	2,9	51,4	262	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,8	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,4		10,4	43	0,1
Итого			612	18,3	16,6	107,8	698	6
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Итого			204	5,9	5,1	8,2	108	1,4
Всего				82,7	86,1	363,3	2668	67,4

Медсестра _____

Андреева С.Н.