

Согласовано

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

МЕНЮ

28 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	26	6	7,6		94	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,7	8,9	33,8	251	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	121	9	3,5	62	316	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,7	89	0,5
Итого			553	27	27,9	108,6	797	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	52	0,6	0,1	2	13	13,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	3,9	5	13,8	139	9,1
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	85	8,8	6,4	5,9	168	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	170	2,9	10,5	15,7	169	11,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			825	19,6	22,4	66,8	624	33,9
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	154	1,2	0,3	11,5	58	58,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			354	2,2	0,5	31,7	144	62,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	75	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	120	10,4	13,8	3	177	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	96	7,2	2,8	49,5	252	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4,1	0,5	26	125	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,8	29,4	143	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,6	44	0,1
Итого			597	28,2	24,4	127,3	838	12,69
Всего				78	75,4	354,6	2489	114,19

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

28 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	21	4,8	6,1		75	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,4	7,9	32,9	233	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	96	7,2	2,8	49,5	252	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	12,6	87	0,5
Итого			502	22,5	23,6	95,1	685	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	52	0,6	0,1	2	13	13,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	2,9	4,1	9,2	106	6,9
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	7,8	5,6	5,2	150	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	135	2,4	9,7	13	150	9,9
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,6	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			6,8	27	0
Итого			713	17,1	19,9	57,8	550	29,9
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	114	0,9	0,2	8,5	43	43,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			314	1,9	0,4	28,7	129	47,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	56	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	115	12,6	15,4	2,7	200	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	53	3,9	1,5	27	138	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	2	0,3	13	62	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	39	2,3	1,8	29,4	143	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
Итого			499	23,9	23,3	88,9	659	9,42
Всего				66,4	67,4	290,7	2109	91,52

Медсестра

Андреева С.Н.