

Согласовано

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

30 января 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		
Завтрак								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	27					0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	6,7	29,8	205	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5	0,1	45	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	94	7	2,7	48,1	245	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	67	0,3
Итого			507	15,1	15,7	90,2	562	0,7
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	65	0,5	4,5	2	51	27,3
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	200/18/7	2	2,4	13,8	89	5,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	185	7,4	8	19,4	237	10,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	42	2,8	0,4	17,6	85	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2	0,1	13,1	54	0,1
Итого			717	12,9	15,4	65,9	516	43,4
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	35					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	124	0,5	0,4	12,7	58	6,2
Итого			359	1,5	0,6	32,9	144	10,2
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	100/0/20	1,5	3,6	23,7	131	3,9
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	54	4,1	1,6	27,8	142	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,2		10,1	42	0,6
Итого			382	5,8	10,1	61,7	359	4,5
Всего				36,3	42	270,9	1667	62,8

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

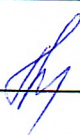
МЕНЮ

30 января 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		
Завтрак								
2008	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	27					0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,2	8	33,3	235	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	118	8,9	3,4	60,7	310	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,2	67	0,3
Итого			551	18	18	106,3	660	0,8
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	85	0,8	6,4	3	73	40,3
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СМЕТАНОЙ	250	2,5	2,9	17,1	108	7,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	7,7	8,5	21,5	249	11,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	62	4,1	0,5	26,4	127	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	16,4	69	0,2
Итого			802	15,4	18,4	84,4	626	58,9
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	41					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	154	0,6	0,5	15,8	72	7,7
Итого			395	1,6	0,7	36	158	11,7
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	115/0/25	1,8	5	33,4	186	5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	79	5,9	2,3	40,7	207	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3		10,5	44	0,6
Итого			432	8	12,6	84,7	485	5,6
Всего				44	49,9	331,6	2015	81

Медсестра


 Андреева С.Н.