

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

4 апреля 2025 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	23	5,4	6,9		85	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,4	7,6	32,9	230	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	95	7,1	2,7	48,7	248	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,5	12,4	86	0,5
Итого			503	23	23,9	94,1	687	1,1
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	59	0,7	0,1	2,3	14	14,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	3,1	3,8	10,2	106	7,5
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	75	7,6	5,5	5,2	146	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2,5	9,5	14,1	153	10,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			6,7	27	0
Итого			725	17,3	19,3	60	549	32,7
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	103	0,8	0,2	7,7	39	39
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			303	1,8	0,4	27,9	125	43
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	50	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	115	12,6	15,3	2,7	199	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	52	3,9	1,5	26,6	135	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,9	62	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	49	2,9	2,3	36,5	178	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		9,8	40	0
Итого			501	24,5	23,7	95,2	689	9,42
Всего				77,9	79,7	295,4	2280	86,22

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

старшая школа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	29	6,7	8,6		106	0,2
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,7	8,8	33,7	249	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	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,4	87	0,5
Итого			553	27,6	28,8	106,9	800	1,2
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			200	11,3	12,4	18,2	230	0
Обед								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	59	0,7	0,1	2,3	14	14,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	4,1	4,6	14,9	139	10,1
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	85	8,5	6,3	5,7	163	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	175	3	10,4	17	175	12,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,4	21,5	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,6	30	0
Итого			837	19,7	21,8	69	624	37,2
Полдник								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	138	1,1	0,3	10,4	53	52,5
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			338	2,1	0,5	30,6	139	56,5
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	66	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	120	10,4	13,5	3	174	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	95	7,1	2,7	48,7	248	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,8	124	0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	49	2,9	2,3	36,5	178	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,2	42	0,1
Итого			597	28,6	24,6	133	864	12,69
Всего			89,3	88,1	357,7	2657	107,59	

Медсестра

Андреева С.Н.