

Согласовано

Директор
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Иванова А.А./

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	6,5	13,7	1,8	156	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	26	6	7,7		94	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,8	0,1	52	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	102	7,6	3	52,4	267	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	14,1	75	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	119	0,5	0,5	11,7	56	11,9
Итого			564	22,5	32	80,1	700	12,6
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,7	4,1	9,6	82	5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,4	6,6	12,9	137	10,3
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	75	6,3	12,3	6,7	190	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,3	2	35,3	172	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,8	105	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
Итого			836	20,1	25,5	94,1	717	15,3
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102	0,4	0,4	8,9	40	3,6
Итого			372	14,3	17,7	46,4	401	3,6
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	90	1,5	2,5	4,8	50	9,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	205	7,9	8,2	23	254	11,7
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	80	8,7	8,8	15,8	176	0,2
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,8	105	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,4	44	1,3
Итого			633	21,9	20	75,8	629	22,8
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				85,6	100,4	324,6	2639	59,7

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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


МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

младшая школа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	12,2	18,9	2,1	226	0,2
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	17	3,9	4,9		61	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9	0,1	44	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	61	4,6	1,8	31,5	161	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	12,4	69	0,3
2008	К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	119	0,5	0,5	11,6	56	11,9
Итого			513	23,1	32,3	57,7	617	12,5
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	75	1,4	3,8	7,6	70	3,9
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,8	10,3	100	8,2
2008	273	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	65	6	10,7	9,3	182	0
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,1	4,5	32,4	182	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			11,3	45	0
Итого			731	16,6	24,2	88,3	663	12,1
Полдник								
2008	К/К	ИЗДЕЛИЯ СДОБНЫЕ М/ШТ ИЗ ПШ. МУКИ ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА (ИНД. УПАК)	70	2,6	4,9	19,3	131	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,9	43	9
Итого			360	14,3	17,7	46,4	404	9
Ужин								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,3	2,7	3,9	46	8,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	165	6,4	6,3	18,4	201	9,4
2008	6	БУТЕРБРОД С СЕЛЬДЬЮ И ЯЙЦОМ	55	6,2	6,2	11,5	127	0,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/15/7	0,4		10,4	44	1,3
Итого			548	17	15,6	61,6	502	19,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				77,8	95	282,2	2378	58,4

Медсестра

 Андреева С.Н.