Утверждаю

И.О. Директора
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
_____ /Антонова Т.В./

МЕНЮ

11 ноября 2026 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 ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,03	9,02	33,15	242,59	0,55
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	122	9,14	3,53	62,64	319,31	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,38	2,80	12,83	91,09	0,54
Итого			**558**	**19,58**	**20,51**	**108,67**	**699,74**	**1,09**
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	201	1,81	0,40	16,28	86,44	120,61
Итого			**201**	**1,81**	**0,40**	**16,28**	**86,44**	**120,61**
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	80	0,90	3,10	3,43	46,48	40,20
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	250	3,58	3,82	10,55	110,98	5,72
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	15,66	12,44	8,68	227,15	11,07
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,30	4,55	30,22	183,77	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	46	3,04	0,40	19,47	93,67	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,17	0,14	26,01	107,25	1,69
Итого			**846**	**28,65**	**24,45**	**98,36**	**769,30**	**58,68**
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	114	1,71	0,57	23,91	109,28	11,38
Итого			**336**	**2,71**	**0,77**	**44,11**	**195,28**	**15,38**
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ КУСКОМ	101	0,81	0,10	1,72	13,16	5,06
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	215	7,12	10,20	25,17	261,72	12,39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	45	7,52	3,03	10,41	98,92	0,33
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4,01	0,53	25,70	123,65	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,38	0,00	10,47	43,37	0,08
Итого			**628**	**19,87**	**19,02**	**73,52**	**587,57**	**17,86**
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,92	5,10	8,16	108,12	1,43
Итого			**204**	**5,92**	**5,10**	**8,16**	**108,12**	**1,43**
Всего				**78,54**	**70,25**	**349,10**	**2 446,45**	**215,05**

Медсестра _____ Андреева С.Н.

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Утверждаю

И.О. Директора
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
_____ /Антонова Т.В./

МЕНЮ

11 ноября 2026 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,25	7,82	30,91	219,53	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,05	39,47	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	96	7,22	2,79	49,47	252,18	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,28	2,73	12,72	89,60	0,53
Итого			**506**	**16,78**	**17,70**	**93,15**	**600,78**	**0,97**
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	201	1,81	0,40	16,28	86,44	120,61
Итого			**201**	**1,81**	**0,40**	**16,28**	**86,44**	**120,61**
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,67	2,39	2,55	35,49	30,02
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	200	2,88	3,16	8,44	89,63	4,57
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,66	10,01	7,70	185,66	9,23
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,09	3,49	23,27	141,49	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,69	0,36	17,21	82,81	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,17	0,14	26,01	107,25	1,69
Итого			**711**	**23,16**	**19,55**	**85,18**	**642,33**	**45,51**
Полдник								
2008	К/К	КОНФЕТЫ	22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
		БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,55	0,52	21,63	98,88	4,12
Итого			**325**	**2,55**	**0,72**	**41,83**	**184,88**	**8,12**
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ КУСКОМ	72	0,58	0,07	1,22	9,36	3,60
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	175	5,82	8,48	20,67	215,48	10,18
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,33	0,04	39,27	0,00
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	45	7,52	3,03	10,41	98,92	0,33
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,69	0,36	17,21	82,81	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,18	0,00	10,07	40,99	0,04
Итого			**538**	**16,82**	**16,27**	**59,62**	**486,83**	**14,15**
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	204	5,92	5,10	8,16	108,12	1,43
Итого			**204**	**5,92**	**5,10**	**8,16**	**108,12**	**1,43**
Всего				**67,04**	**59,74**	**304,22**	**2 109,38**	**190,79**

Медсестра _____ Андреева С.Н.