

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
13 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,6	7,7	27,7	202	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,7	0,1	51	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	104	7,8	3	53,6	274	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,8	65	0,3
Итого			551	20,8	22,8	93,5	662	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	129	0,5	0,4	13,3	61	6,4
Итого			329	1,5	0,6	33,5	147	10,4
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,4	0,1	1,3	7	2,1
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	4,2	5,3	7,9	101	10,5
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	15,9	20,2	35,6	388	1,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,3	0,4	21,4	103	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,3	0,1	17,9	74	0
Итого			748	24,1	26,1	84,1	673	14,3
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	130/20	1,4	5,1	10	91	0,9
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			350	12,7	17,5	28,2	321	0,9
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	1,4	1,3	5,6	41	28,4
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	100	17,2	6,3	8,1	158	2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,7	3,4	18	114	8,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	41	3,1	1,2	21,2	108	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,3	0,4	21,4	103	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,4		10,7	45	0,8
Итого			613	28,1	17,8	85,1	616	39,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				93,1	89,9	332,5	2527	67,3

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

13 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6,3	23,9	169	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	78	5,8	2,2	39,9	203	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,8	65	0,3
Итого			503	17,8	19,1	76	545	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,4	0,3	9,8	45	4,8
Итого			295	1,4	0,5	30	131	8,8
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,3		1	5	1,6
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	200	3,3	4,5	6,5	83	8,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	14,2	17,8	30,8	341	1,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		12	49	0
Итого			649	20,6	22,7	67,5	561	11,4
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	115/20	1,1	4	8,1	74	0,9
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			335	12,4	16,4	26,3	304	0,9
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	55	1,1	1,1	4,2	32	20,5
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	95	15,6	5,8	7,3	145	1,8
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,4	2,6	15,6	97	7,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	41	3,1	1,2	21,2	108	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,7	0,4	17,2	83	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,2		8,3	35	0,7
Итого			556	25,1	15,2	73,9	537	30,2
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Итого			203	5,9	5,1	8,1	108	1,4
Всего				83,2	79	281,8	2186	53,4

Медсестра _____ Андреева С.Н.