

Согласовано

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

МЕНЮ

16 февраля 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16,3	25,1	2,1	300	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	73	5,5	2,1	37,7	192	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,7	12,9	90	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,4	0,4	10,7	52	11
Итого			513	25,6	34,5	63,5	672	11,7
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1	5,2	5,7	75	2,8
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	2,1	3,4	5,9	76	5,1
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	10,9	14,2	8	204	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,5	5,6	24,3	162	11,8
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,3	83	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			751	20,2	28,8	61,2	600	20,2
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	100/10	6,4	11,7	37,4	280	0,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			310	7,4	11,9	57,6	366	4,2
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	46	2,4	0,2	5,4	31	7,66
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	105	21,8	12,1	5,6	246	15,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	3,6	25,4	150	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,3	1,3	22,9	117	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	30	2	0,3	12,9	62	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		8,4	34	0
Итого			551	33,7	21,6	80,7	677	23,46
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	100	2,8	2,5	4,5	57	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	73	5,5	2,1	37,7	192	0
Итого			173	8,3	4,6	42,2	249	0,7
Всего				106,5	113,8	323,4	2794	60,26

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
16 февраля 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	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	125	16,3	25,1	2,1	300	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	12	0,1	9,7	0,1	88	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	96	7,2	2,8	49,5	253	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,5	2,8	13	92	0,5
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,4	0,4	10,7	52	11
Итого			543	27,5	40,8	75,4	785	11,7
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	80	1,4	5,5	7,5	86	3,8
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,6	4,1	7,3	93	6,4
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	90	12,4	16,2	9	229	0,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	4	6,3	27,3	182	13,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,9	124	0
200	К/К	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200					0
Итого			871	24,4	32,6	77	714	24
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	130/15	8,6	16,5	50,7	385	0,4
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			345	9,6	16,7	70,9	471	4,4
Ужин								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	64	3,3	0,2	7,6	44	10,75
2008	261	ПЕЧЕНЬ , ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	150	34,6	17,9	7,3	374	25,3
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,3	34,2	197	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,1		46	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	45	3,3	1,3	22,9	117	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,3	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		8,8	36	0,1
Итого			656	49,6	29,2	98,1	897	36,15
Ужин 2								
2008	К/К	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5%-125	100	2,8	2,5	4,5	57	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	73	5,5	2,1	37,7	192	0
Итого			173	8,3	4,6	42,2	249	0,7
Всего				130,7	136,3	381,8	3346	76,95

Медсестра _____ Андреева С.Н.