

Согласовано

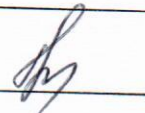
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор
Иванова А.А./**МЕНЮ**
16 мая 2024 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	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,5	24,1	172	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	11,9	66	0,3
Итого			503	17,9	19,3	76,3	549	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	90	0,4	0,3	9,3	42	4,5
Итого			290	1,4	0,5	29,5	128	8,5
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,4		1,1	6	1,8
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	200	4,8	5,6	7,3	103	9,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	17,4	20,3	29,8	371	1,6
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,3	16,8	81	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,1		10,7	43	0
Итого			650	25,3	26,2	65,7	604	13
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	130/20	1,1	4,5	21,6	129	3,2
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			350	12,4	16,9	39,8	359	3,2
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	55	1,1	1,3	4,1	34	18,1
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	95	15,2	5,4	7,5	139	1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	135	2,6	2,6	17,6	105	8,2
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	2,6	0,3	16,8	81	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,3		8,4	36	1,2
Итого			571	24,9	14,9	75,7	540	28,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	172	5	4,3	6,9	91	1,2
к/к	к/к	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	14					0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	16	0,9	0,7	11,7	57	0
Итого			202	5,9	5	18,6	148	1,2
Всего				87,8	82,8	305,6	2328	55,1

Медсестра


 Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

Иванова А.А./

МЕНЮ

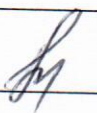
16 мая 2024 г.

старшая школа



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,6	5,1	0,3	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	7,8	28,3	207	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	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	11,9	66	0,3
Итого			550	21,1	22,4	94,2	664	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008	К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	122	0,5	0,4	12,5	57	6,1
Итого			322	1,5	0,6	32,7	143	10,1
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8	2,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ С КУРОЙ	250	6,2	6,7	8,8	126	11,9
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	20	23,3	34,2	427	1,9
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	50	3,3	0,4	21	101	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2		15,5	64	0
Итого			750	30,2	30,5	81	726	16,2
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КЛЮКВОЙ	150/20	1,4	5,5	23,4	147	3,2
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
Итого			370	12,7	17,9	41,6	377	3,2
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	75	1,5	2	5,6	47	25,1
2008	242	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ	105	16,8	6,2	8,2	154	1,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,1	3,4	20,3	125	9,5
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	50	3,3	0,4	21	101	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,5		10,8	46	1,3
Итого			632	28,3	18,4	87,2	628	37,1
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	172	5	4,3	6,9	91	1,2
к/к	к/к	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	14					0
2008	К/К	ПРЯНИКИ	16	0,9	0,7	11,7	57	0
Итого			202	5,9	5	18,6	148	1,2
Всего				99,7	94,8	355,3	2686	68,7

Медсестра


 Андреева С.Н.