

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

Иванова А.А./

**МЕНЮ**

17 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	17	4	5,1		63	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,7	8	34	239	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	95	7,1	2,8	48,9	249	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,5	2,8	12,9	92	0,5
<b>Итого</b>			<b>502</b>	<b>22,3</b>	<b>22,9</b>	<b>95,9</b>	<b>681</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%-0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>11,3</b>	<b>12,4</b>	<b>18,2</b>	<b>230</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14	15
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200	3,1	4,4	9,1	110	6,5
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	80	8,4	6,1	5,2	163	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	130	2,1	9,7	11,5	142	11,1
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,7	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			6,7	27	0
<b>Итого</b>			<b>721</b>	<b>17,7</b>	<b>20,8</b>	<b>56,5</b>	<b>560</b>	<b>32,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	135	1,1	0,3	10,1	51	51,3
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>2,1</b>	<b>0,5</b>	<b>30,3</b>	<b>137</b>	<b>55,3</b>
<b>Ужин</b>								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	42	2,9	0,2	6,6	38	9,22
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	115	12,6	15,5	2,7	201	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	52	3,9	1,5	26,6	136	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	31	2	0,3	13,1	63	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2		10,1	41	0
2008	К/К	КРЕКЕР	42					0
<b>Итого</b>			<b>487</b>	<b>21,6</b>	<b>21,6</b>	<b>59,2</b>	<b>516</b>	<b>9,42</b>
<b>Всего</b>				<b>75</b>	<b>78,2</b>	<b>260,1</b>	<b>2124</b>	<b>98,32</b>

Медсестра \_\_\_\_\_

Андреева С.Н.



Согласовано



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


## МЕНЮ

17 мая 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) РОССИЙСКИЙ	21	4,9	6,3		78	0,1
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,1	9,1	35	260	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	120	9	3,5	61,7	314	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,8	3,1	13,1	95	0,5
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>26,8</b>	<b>26,7</b>	<b>109,8</b>	<b>790</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>11,3</b>	<b>12,4</b>	<b>18,2</b>	<b>230</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	К/К	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14	15
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250/10/7	4,1	4,9	13,5	142	9,1
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ	90	9,4	6,9	5,7	183	0
2017	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,7	10,5	13,4	160	13,4
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,7	104	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			7,8	31	0
<b>Итого</b>			<b>828</b>	<b>20,3</b>	<b>22,9</b>	<b>64,4</b>	<b>634</b>	<b>37,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	182	1,5	0,4	13,7	69	69,2
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>382</b>	<b>2,5</b>	<b>0,6</b>	<b>33,9</b>	<b>155</b>	<b>73,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	К/К	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	56	3,8	0,3	8,7	50	12,29
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ)	125	10,4	13,9	3,1	179	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	95	7,1	2,8	48,9	249	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	61	4	0,5	25,7	124	0
2008	К/К	КРЕКЕР	42					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,4		10,5	44	0,1
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>25,7</b>	<b>22,2</b>	<b>96,9</b>	<b>689</b>	<b>12,69</b>
<b>Всего</b>				<b>86,6</b>	<b>84,8</b>	<b>323,2</b>	<b>2498</b>	<b>124,49</b>

Медсестра


 Андреева С.Н.