

Утверждаю

И.О. Директора
ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Антонова Т.В./**МЕНЮ****21 октября 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,25	7,63	30,91	217,77	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,15	0,05	37,59	0,00
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	96	7,20	2,78	49,34	251,52	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,28	2,73	12,72	89,60	0,53
Итого			506	16,76	17,29	93,02	596,48	0,97
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	196	1,76	0,39	15,84	84,08	117,32
Итого			196	1,76	0,39	15,84	84,08	117,32
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	55	0,62	2,34	2,39	34,17	25,78
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	200	2,89	3,14	8,24	88,87	4,48
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	12,56	9,75	7,52	182,25	9,11
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,13	3,53	23,50	142,89	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,67	0,36	17,12	82,38	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,14	0,13	25,74	105,92	1,53
Итого			700	23,01	19,25	84,51	636,48	40,90
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 СОЛЕННЫЙ КУСОМ	63	0,51	0,06	1,08	8,25	3,17
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	5,77	8,31	20,05	211,52	9,90
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	50	7,91	3,19	10,41	101,94	0,35
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,67	0,36	17,12	82,38	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,18	0,00	10,07	40,99	0,04
Итого			528	17,07	16,05	58,77	482,48	13,46
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				67,07	58,80	302,13	2 092,52	182,20

Медсестра

Андреева С.Н.

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 октября 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	14	СЫР ПЛАВЛЕННЫЙ(ПОРЦИЯМИ)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,02	7,02	33,13	224,45	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	121	9,09	3,52	62,32	317,68	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	205	3,38	2,80	12,83	91,09	0,54
Итого			557	19,52	18,50	108,33	679,97	1,09
II Завтрак								
2208	К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	196	1,76	0,39	15,84	84,08	117,32
Итого			196	1,76	0,39	15,84	84,08	117,32
Обед								
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	75	0,83	2,98	3,18	44,22	34,60
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ	250	3,59	3,77	10,32	110,22	5,61
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	95	15,53	12,45	8,64	226,39	10,95
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	5,25	4,50	29,92	181,95	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	45	3,00	0,40	19,23	92,51	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	195	0,14	0,13	25,74	105,92	1,53
Итого			830	28,34	24,23	97,03	761,21	52,69
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	113	1,70	0,57	23,76	108,63	11,32
Итого			335	2,70	0,77	43,96	194,63	15,32
Ужин								
2008	20	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КУСОМ	89	0,71	0,09	1,51	11,55	4,44
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	7,02	10,19	24,40	258,04	12,05
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,16	0,05	46,75	0,00
2008	7	БУТЕРБРОД С РЫБНЫМИ ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ ПРОДУКТАМИ	50	7,91	3,19	10,41	101,94	0,35
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,38	0,00	10,47	43,37	0,08
Итого			615	20,02	19,16	72,27	584,03	16,92
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				78,26	68,15	345,59	2 412,04	204,77

Медсестра

Андреева С.Н.