

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга

Директор

/Иванова А.А./

**МЕНЮ**

25 февраля 2025 г.

младшая школа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,5	8,1	24,3	192	0,7
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,2	0,1	38	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,8	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,7	65	0,3
2208	К/К	БАНАН СВЕЖИЙ	85	1,3	0,4	17,8	82	8,5
<b>Итого</b>			<b>516</b>	<b>12,1</b>	<b>15,3</b>	<b>77,7</b>	<b>498</b>	<b>9,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,2	3,4	48	6,1
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	200	3,5	3,6	13,2	119	5,8
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	16,5	0,5		71	0
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ ТК № 378	30	2,8	5,8	3,6	78	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145	10,3
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,3	16,8	81	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	13,9	63	39
<b>Итого</b>			<b>765</b>	<b>29,9</b>	<b>18,7</b>	<b>72,3</b>	<b>605</b>	<b>61,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140	2,7	7,3	14,3	134	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>14</b>	<b>19,7</b>	<b>32,5</b>	<b>364</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	60	0,5	2,7	2,2	35	51,6
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	8,1	14	15,4	273	25,7
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	26,5	135	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	40	2,6	0,3	16,8	81	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		8,5	37	1,6
<b>Итого</b>			<b>559</b>	<b>15,4</b>	<b>22,6</b>	<b>69,5</b>	<b>598</b>	<b>78,9</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>106</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>78,2</b>	<b>81,5</b>	<b>280,2</b>	<b>2257</b>	<b>155</b>

Медсестра

Андрева С.Н.

Согласовано

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




## МЕНЮ

25 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	9,1	27,3	216	0,8
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,8	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,8	1,3	11,7	65	0,3
2208	К/К	БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,6	0,5	22,3	102	10,6
<b>Итого</b>			<b>558</b>	<b>13,1</b>	<b>17,4</b>	<b>85,2</b>	<b>551</b>	<b>11,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	Т/К 40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,3	4,4	4,2	63	8,1
2008	89	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ, С МЯСОМ	250	4,3	4,5	17,1	149	7,2
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	95	18,4	0,6		79	0
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ ТК № 378	30	2,8	5,8	3,6	78	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,5	22,7	155	11
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,3	0,4	20,9	101	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,4	0,2	15	70	50,5
<b>Итого</b>			<b>864</b>	<b>33,8</b>	<b>21,4</b>	<b>83,5</b>	<b>695</b>	<b>76,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	3,2	9	19,3	173	0
2008	434	МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗ. 3,2%- 0,2	200	11,3	12,4	18,2	230	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>14,5</b>	<b>21,4</b>	<b>37,5</b>	<b>403</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
	К/К	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПЕРЦЕВ	80	0,7	3,7	2,9	49	68,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	220	8,9	15,9	16,8	306	28,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ" "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	46	3,5	1,3	23,8	121	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	49	3,3	0,4	20,9	101	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,5		10,8	46	1,3
<b>Итого</b>			<b>601</b>	<b>16,9</b>	<b>25,9</b>	<b>75,2</b>	<b>665</b>	<b>98,1</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>106</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>85,1</b>	<b>91,3</b>	<b>309,6</b>	<b>2506</b>	<b>192</b>

Медсестра

  
Андреева С.Н.