

Согласовано

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

МЕНЮ

21 мая 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		
Завтрак								
2008	14	СЫР РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	23	5,4	6,9		85	0,2
2008	189	КАША ПШЕНИЧКА ЖИДКАЯ	220	6,6	7,4	30,4	216	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	99	7,4	2,9	50,8	259	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,6	1,1	12,9	68	0,2
Итого			548	21	22,9	94,1	670	0,9
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	65	0,5	5,5	2	60	30,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	250	3,4	4,1	12,2	120	7,3
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	14,1	6,4	7,6	145	2,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	3,6	5,2	24,1	157	11,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	51	3,4	0,5	21,8	105	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2	0,1	14,3	60	0,1
Итого			816	25,2	21,8	82	647	52,2
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	46					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	96	1,4	0,5	20,2	92	9,6
Итого			342	2,4	0,7	40,4	178	13,6
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	3,2	2,9	0,2	39	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	175	6,4	7,3	5,9	160	20,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	79	6	2,3	40,8	208	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	66	4,4	0,6	28,1	135	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,5		10,4	44	1
Итого			550	20,5	17,7	85,4	628	21,4
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				86,2	80,5	328,1	2459	89,5

Медсестра

Андреева С.Н.

Согласовано

ГБОУ школа-интернат №31 Невского района Санкт-Петербурга
Директор
Иванова А.А.**МЕНЮ**
21 мая 2025 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 РОССИЙСКИЙ (ПОРЦИЯМИ)	17	3,9	4,9		61	0,1
2008	189	КАША ПШЕНИЧКА ЖИДКАЯ	180	5,1	6	24,5	174	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	99	7,4	2,9	50,8	259	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,6	1,1	11,2	61	0,2
Итого			501	18	19,1	86,6	593	0,7
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	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА	45	0,4	4,2	1,5	46	23,1
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ СМЕТАНОЙ	200/10/6	2,9	3,5	9,3	97	5,6
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	11,4	5,2	6	115	1,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,9	4,9	19,9	135	9,7
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,2	0,1	14,3	60	0,1
Итого			712	20,5	18,3	68,4	537	39,8
Полдник								
2008	К/К	КРЕКЕР	26					0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	77	1,2	0,4	16,1	74	7,7
Итого			303	2,2	0,6	36,3	160	11,7
Ужин								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	3,2	2,9	0,2	39	0
2004	53	БИГОС С МЯСОМ	150	5,5	6,1	5,1	137	17,5
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ "МОЛОДЕЦКИЙ "ПШЕН. МУКА В/С ОБОГ.М/Н	50	3,7	1,4	25,5	130	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1	0,1	37	0
2008	К/К	ХЛЕБ "СИЛУШКА" ОБОГАЩ. М/Н	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	185/10/7	0,3		7,1	30	1
Итого			470	15,4	14,9	55,4	457	18,5
Ужин 2								
2008	К/К	КЕФИР 3,2%	200	5,8	5	8	106	1,4
Итого			200	5,8	5	8	106	1,4
Всего				73,2	70,3	272,9	2083	72,1

Медсестра

Андреева С.Н.