

Структурное подразделение

021 (МБОУ СОШ № 31)

№ 2880-Юрид. Г. Санкт-Петербург  
МБОУ СОШ № 31  
Адрес: [illegible]

Материально-ответственное лицо

Колуркина Л. Э.

Дата 17.03.2025

**МЕНЮ**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ инвентаря
		белки	жиры	углеводы		
<b>Обед (7-11 лет)</b>						
Огурцы консервированные	81		0,34	3,4	6,63	ТТК 1232
Суп гороховый	200	8,06	4,53	20,7	141,49	ТТК 639
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 871
Говядина отварная для I блюда	18	5,44	4,17		61,31	ТТК 831/1
Каша гречневая с фалао индейки	250	7,98	4,33	19,17	244,9	ТТК 521
Компот из смеси сухофруктов (лет 50)	200	0,49	0,03	21,84	85,56	ТТК 824-50
Сыр порционный	15	2,17	3,34		31,43	ТТК 1034
Вареники	55	0,21	8,37	13,75	50,4	ТТК 806
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	25	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>17,7</b>	<b>21,7</b>	<b>60,43</b>	<b>332,36</b>	
<b>Средняя энергетическая ценность:</b>						
<b>Льготное питание (7-11 лет)</b>						
Овощи отварные	100	3,48	6,74		82,31	ТТК 918
Макаронные изделия	180	8,29	6,53	28,95	201,53	ТТК 380
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 818
Хлеб столовый из ржаной-пшеничной муки	25	1,87	0,25	11,03	54	ТТК 609
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
Грибы	110	0,44	0,33	11,31	55,76	ТТК 865
<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>14,1</b>	<b>13,9</b>	<b>60,47</b>	<b>302,91</b>	
<b>Средняя энергетическая ценность:</b>						
<b>Льготное питание (7-11 лет)</b>						
Огурцы консервированные	80		0,31	4,45	8,96	ТТК 1232
Суп гороховый	200	8,06	4,53	20,7	141,49	ТТК 639
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 871
Говядина отварная для I блюда	30	8,8	4,64		58,12	ТТК 831/1
Каша гречневая с фалао индейки	250	7,98	4,33	19,17	244,9	ТТК 521
Компот из смеси сухофруктов (лет 50)	200	0,49	0,03	21,84	85,56	ТТК 824-50
Вареники	55	0,21	8,37	13,75	50,4	ТТК 806
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	25	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>641</b>	<b>14,32</b>	<b>22,5</b>	<b>110,42</b>	<b>302,91</b>	
<b>Средняя энергетическая ценность:</b>						
<b>Льготное питание (7-11 лет)</b>						
Огурцы консервированные	80		0,31	4,45	8,96	ТТК 1232
Суп гороховый	200	8,06	4,53	20,7	141,49	ТТК 639
Зелень	1	0,03		0,09	0,44	ТТК 871
Говядина отварная для I блюда	30	8,8	4,64		58,12	ТТК 831/1
Каша гречневая с фалао индейки	250	7,98	4,33	19,17	244,9	ТТК 521
Компот из смеси сухофруктов (лет 50)	200	0,49	0,03	21,84	85,56	ТТК 824-50
Вареники	55	0,21	8,37	13,75	50,4	ТТК 806
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной	25	1,57	0,59	9,8	52	ТТК 604
Хлеб пшеничный из муки вс	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 608
<b>Итого:</b>	<b>641</b>	<b>14,11</b>	<b>22,5</b>	<b>110,42</b>	<b>302,91</b>	
<b>Средняя энергетическая ценность:</b>						

Директор:  
Заведующий производством  
Медицинский работник

Синих О. Г.  
Колуркина Л. Э.  
Резина Г. М.

Сосиски отварные	100	5,45	8,74	28,28	207,53	ТТХ 580
Макаронны с сыром	180	5,38	8,53	7,23	29,07	ТТХ 618
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	11,03	54	ТТХ 608
Хлеб ступинский из ржанко-пшеничной муки	25	1,72	0,28	12,01	58	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТХ 608
Группа						
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Сосиски отварные	100	5,45	8,74	28,28	207,53	ТТХ 580
Макаронны с сыром	180	5,38	8,53	7,23	29,07	ТТХ 618
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	11,03	54	ТТХ 608
Хлеб ступинский из ржанко-пшеничной муки	25	1,72	0,28	12,01	58	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТХ 608
Группа						
<b>Обед (12 лет и старше)</b>						
Суп гороховый	350	7,38	6,68	21,88	176,86	ТТХ 639
Каша гречневая с сыром и маслом	250	7,58	4,33	18,17	244,9	ТТХ 631
Салат овощной	80		0,3	2,78	5,8	ТТХ 1232
Компот из свежих яблок (литр 70)	200	0,48	0,09	17,84	82,58	ТТХ 634-70
Хлеб ступинский из ржанко-пшеничной муки	25	1,87	0,28	11,03	54	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,28	12,01	54	ТТХ 608
Группа						
<b>Полужидкое питание (12 лет и старше)</b>						
Теплая рыба с соусом	100	8,64	3,6	17,61	143	ТТХ 1316
Картофель тушеный	180	2,84	0,8	28,08	128,44	ТТХ 627
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,08	27,2	ТТХ 614
Хлеб ступинский из ржанко-пшеничной муки	25	1,87	0,28	11,03	54	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТХ 608
Группа						
<b>Полужидкое питание (12 лет и старше)</b>						
Суп из овощей с фасолью	1	0,03		0,09	0,44	ТТХ 640
Зелень	15	4,98	1,48	0,58	98,11	ТТХ 671
Говядина отварная для (блюда)	100	2,27	4,28	0,58	58,41	ТТХ 584
Макаронны с сыром	180	2,83	1,38	8,32	9,37	ТТХ 6757
Рис цветной	80	0,47	0,06	2,08	0,37	ТТХ 1237-70
Огурцы свежие	200	0,08	0,07	11,16	43,4	ТТХ 608
Компот из свежих груш (литр 70)	80	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТХ 604
Фасоль	20	1,57	0,58	8,8	82	ТТХ 608
Батончики "На здоровье" пшенично-ржаной	25	1,72	0,28	12,01	58	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТХ 608
Группа						
<b>Полужидкое питание (12 лет и старше)</b>						
Суп из овощей с фасолью	1	0,03		0,09	0,44	ТТХ 640
Зелень	15	4,98	1,48	0,58	98,11	ТТХ 671
Говядина отварная для (блюда)	100	2,27	4,28	0,58	58,41	ТТХ 584
Макаронны с сыром	180	2,83	1,38	8,32	9,37	ТТХ 6757
Рис цветной	80	0,47	0,06	2,08	0,37	ТТХ 1237-70
Огурцы свежие	200	0,08	0,07	11,16	43,4	ТТХ 608
Компот из свежих груш (литр 70)	80	0,21	8,27	13,75	50,4	ТТХ 604
Фасоль	20	1,57	0,58	8,8	82	ТТХ 608
Батончики "На здоровье" пшенично-ржаной	25	1,72	0,28	12,01	58	ТТХ 608
Хлеб пшеничный из муки в/с	110	0,44	0,33	11,21	55,76	ТТХ 608
Группа						

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



Сидих О. Т.  
 Колупина А. Э.  
 Репина Г. М.

Тертые рыбные с соусом	100	8,85	8,8	17,61	142	11K 1328
Картофель тушеный	180	2,84	8,9	26,55	128,44	11K 587
Чай с лимоном	200	0,23	0,38	7,08	27,8	11K 814
Хлеб ржаной из ржаной пшеничной муки	25	1,72	0,28	11,03	54	11K 829
Хлеб пшеничный из муки выс.	28	1,72	0,28	11,01	58	11K 828
Группа	110	0,44	0,33	11,21	60,78	11K 882
<b>Завтрак (12 лет и старше)</b>						
Макароны с сыром	200	8,33	8,28	24,37	212,13	11K 580
Супы консервированные	20	0,18	0,04	7,23	29,01	11K 818
Чай с лимоном	28	1,72	0,28	11,01	58	11K 828
Хлеб пшеничный из муки выс.	44	1,72	0,28	11,01	58	11K 828
<b>Завтрак (7 - 11 лет)</b>						
Соусы отварные	180	8,08	8,38	24,24	188,23	11K 580
Макароны с сыром	200	0,18	0,04	7,23	29,01	11K 818
Чай с лимоном	28	1,67	0,25	11,03	54	11K 829
Хлеб ржаной из ржаной пшеничной муки	25	1,72	0,28	11,01	58	11K 828
Хлеб пшеничный из муки выс.	110	0,44	0,33	11,21	60,78	11K 882
Группа	44	1,72	0,28	11,01	58	11K 828

Директор  
 Заведующий производством  
 Медицинский работник



Селек О. Г.  
 Колупаева Л. Э.  
 Редина Т. М.