Утверждаю

Директор
ГБОУ школа-интернат №16 Пушкинского района Санкт-Петербурга
_____ /Герасимова С.П./

МЕНЮ

5 ноября 2026 г.

Воспитанники 7-11

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	6	5	27,6	180	1,23
2011	382	Какао с молоком	200	4	3	14	99	0
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	60	7	10	17,5	150	0
	4Б-20	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1	0,7	8,9	47	0
	КС-1	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке	125	2	3	17	99	0
Итого			**605**	**20**	**21,7**	**85**	**575**	**1,23**
Обед								
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,5	5	1,7	64	0
2008	99ф	Суп картофельный с фасолью и говядиной	200	5	5	12	106	4,8
2008	248	Хлебцы рыбные (паровые)	100	13	8	8	175	0
2008	125	Картофельное пюре с морковью	190	3,1	6	24,4	174	7,85
2011	355	Кисель из кураги	200	0,4		22,1	84	0
к/к	4Б-20	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1	0,7	8,9	47	0
к/к	4Х-70	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	2,4	0,6	21,4	137	0
Итого			**840**	**25,4**	**25,3**	**98,5**	**787**	**12,65**
Всего				**45,4**	**47**	**183,5**	**1362**	**13,88**

Утверждаю

Директор
ГБОУ школа-интернат №16 Пушкинского района Санкт-Петербурга
/Герасимова С.П./

МЕНЮ
5 ноября 2026 г.

Воспитанники 12-18

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	220	5,5	5	28	190	1,35
2011	382	Какао с молоком	200	4	3	14	99	0
2008	3	Бутерброд с сыром и маслом	60	7,1	10	17	170	0
к/к	4Б-40	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	35	2,5	1,7	21	109	0
	КС-1	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке	125	2	3	17	99	0
Итого			**640**	**21,1**	**22,7**	**97**	**667**	**1,35**
Обед								
2008	23	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,7	8	2,8	90	0
2008	99ф	Суп картофельный с фасолью и говядиной	250	5,5	6	14	120	6
2008	248	Хлебцы рыбные (паровые)	120	16,4	8	9,6	180	0
2008	125	Картофельное пюре с морковью	200	3,3	7	25,7	180	8,26
2011	355	Кисель из кураги	200	0,6	0,1	34,7	133	0
к/к	1Б-20	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1	0,7	8,9	47	0
к/к	1Х-90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	3,6	0,9	31,5	190	0
Итого			**980**	**31,1**	**30,7**	**127,2**	**940**	**14,26**
Всего				**52,2**	**53,4**	**224,2**	**1607**	**15,61**