



Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	120		49,44	0,48	0,48	10,8
	Второе блюдо	ттк№-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (мекс.смесь)	90		230,91	10,07	18,23	6,63
	Гарнир	516/04	Макаронные изделия отварные	150		206,89	5,36	4,37	36,54
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	215		133,76	2,41	4,82	20,19
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	64,19	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	147		60,56	0,59	0,59	13,23
	Второе блюдо	ттк№-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (мекс.смесь)	90		230,91	10,07	18,23	6,63
	Гарнир	516/04	Макаронные изделия отварные	150		206,89	5,36	4,37	36,54
	Гор. напиток		Чай "Витаминный" полусл. с шоколадом Сказка молочный	215		108,32	1,27	5,3	13,89
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	149/04	Суп с крупой (рис) с цыплятами	300		209,74	11,93	11	15,74
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	111,51	74,49	2,03	0,4	15,7

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	138		56,86	0,55	0,55	12,42
	Второе блюдо	ттк№-200н	Зразы "Любимые" с сыром с овощами (мекс.смесь)	100		235,79	10,33	18,26	7,54
	Гарнир	516/04	Макаронные изделия отварные	180		248,26	6,43	5,24	43,85
	Гор. напиток		Чай "Витаминный" полусл. с шоколадом Сказка молочный	215		108,32	1,27	5,3	13,89
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Первое блюдо	149/04	Суп с крупой (рис) с цыплятами	300		209,74	11,93	11	15,74

Доп. питание	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	114,20	74,49	2,03	0,4	15,7

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	146		60,15	0,58	0,58	13,14
	Второе блюдо	ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	100		235,79	10,33	18,26	7,54
	Гарнир	516/04	Макаронные изделия отварные	180		248,26	6,43	5,24	43,85
		ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с зефиром	230		119,15	0,4	0,05	29,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	77,34	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	140		145,12	4,34	4,1	22,73
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	200		61,42	0,2	0,05	15,04
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	8,80	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"

Отд./корп

День 02.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	146	15,23	60,15	0,58	0,58	13,14
	Второе блюдо	ттк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (мекс.смесь)	100	39,85	235,79	10,33	18,26	7,54
	Гарнир	516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,50	248,26	6,43	5,24	43,85
		ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с зефиром	230	10,06	119,15	0,4	0,05	29,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91