



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

Отд./корп

День 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	170		70,04	0,68	0,68	15,3
	Второе блюдо	ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (горош.конс.)	90		160,97	11,01	9,26	8,39
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
		ттк№356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти с пряником	235		184,16	2,03	1,5	40,62
	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 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	170		70,04	0,68	0,68	15,3
	Второе блюдо	ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (горош.конс.)	90		160,97	11,01	9,26	8,39
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
		ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с зефиром	240		150,79	0,48	0,05	37,11
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание		134-2004г	Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет.	285		169,2	8,27	10,67	10,02
		ТТК-198н	Какао с молоком полусладкий с пряником	235		230,95	5,42	4,31	42,64
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	111,51	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	170		70,04	0,68	0,68	15,3
	Второе блюдо	ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	125		151,52	19,5	6,1	4,65
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		24,23	0,16	0,05	5,79
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание		134-2004г	Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет.	285		169,2	8,27	10,67	10,02
		ТТК-198н	Какао с молоком полусладкий с пряником	235		230,95	5,42	4,31	42,64
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	114,20	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	170		70,04	0,68	0,68	15,3
	Второе блюдо	ТТК №241н	Минтай тушеный с овощами	125		151,52	19,5	6,1	4,65
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти	200		59,88			14,97
	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 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша перловая вязкая	140		135,35	2,85	3,88	22,25
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30,5	8,80	72,38	2,32	0,27	15,16

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

Отд./корп

День 23.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	170	16,54	70,04	0,68	0,68	15,3
	Второе блюдо	ТТК №241н	Минтай тушеный с овощами	125	42,68	151,52	19,5	6,1	4,65
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180	8,75	165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Плодово-ягодный" ассорти	200	5,47	59,88			14,97
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91