



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

Отд./корп

День 17.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	104		42,85	0,42	0,42	9,36
	Второе блюдо	ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	90		246,64	12,48	17,12	10,65
	Гарнир	ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150		262,32	16,96	4,98	37,41
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинюшка"	30	64,19	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 17.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	150		61,8	0,6	0,6	13,5
	Второе блюдо	ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	90		246,64	12,48	17,12	10,65
	Гарнир	ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150		262,32	16,96	4,98	37,41
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинюшка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп крестьянский с крупой и цыпл. смет	310		259,73	13,25	16,51	14,54
	Напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с шоколадом Сказка молочный	215		105,58	1,31	5,3	13,16
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинюшка"	30	111,51	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 17.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	133		54,8	0,53	0,53	11,97
	Второе блюдо	ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	100		251,52	12,74	17,15	11,56
	Гарнир	ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180		314,78	20,35	5,98	44,89
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинюшка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп крестьянский с крупой и цыпл. смет	310		259,73	13,25	16,51	14,54
	Напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с шоколадом Сказка молочный	215		105,58	1,31	5,3	13,16

	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 17.10.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	159		65,51	0,64	0,64	14,31
	Второе блюдо	ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	100		251,52	12,74	17,15	11,56
	Гарнир	ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180		314,78	20,35	5,98	44,89
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	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 17.10.2023			
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	8,80	71,19	2,28	0,27	14,91
Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День 17.10.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	159	15,47	65,51	0,64	0,64	14,31
	Второе блюдо	ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	100	35,03	251,52	12,74	17,15	11,56
	Гарнир	ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	180	7,60	314,78	20,35	5,98	44,89
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	2,76	79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91