



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

Отд./корп

День 09.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Груша	148		153,92	1,48		37
	Салат	ТТК-294н	Помидоры свежие	60		11,02	0,31		2,45
	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
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		59,88			14,97
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	64,19	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 09.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Груша	170		176,8	1,7		42,5
	Салат	ТТК-294н	Помидоры свежие	60		11,02	0,31		2,45
	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
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		59,88			14,97
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание		134-2004г	Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет.	285		175,42	8,28	10,73	11,43
		ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с зефиром	230		119,15	0,4	0,05	29,28
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	111,51	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 09.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Груша	150		156	1,5		37,5
	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
	Доп. гарнир	Сборниц рецептур 1996	Помидоры свежие	30		5,51	0,15		1,22
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		59,88			14,97
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
		134-2004г	Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет.	285		175,42	8,28	10,73	11,43

Доп. питание	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		24,23	0,16	0,05	5,79
	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 09.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Груша	100		104	1		25
	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
	Доп. гарнир	Сборниц рецептур 1996	Помидоры свежие	50		9,18	0,26		2,04
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-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 09.09.2023

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 09.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Груша	100	11,99	104	1		25
	Второе блюдо	ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	125	43,19	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
	Доп. гарнир	Сборниц рецептур 1996	Помидоры свежие	50	3,96	9,18	0,26		2,04
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5,47	59,88			14,97
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91