



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

Отд./корп

День 28.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	165		67,98	0,66	0,66	14,85
	Второе блюдо	ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	90		181,38	11,01	7,86	16,65
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Напиток	ттк№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти с печ.сах.в ассор	218		191,32	2,7	5,72	32,25
	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 28.09.2023

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	ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	90		181,38	11,01	7,86	16,65
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Напиток	ттк№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти с печ.сах.в ассор	218		191,32	2,7	5,72	32,25
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо		Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом	281		187,22	7,76	10,48	15,46
	Гор. напиток		Чай "Витаминный"полусл. с шоколадом Сказка молочный	215		158,15	1,87	5,31	25,72
	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 28.09.2023

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	ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	100		186,26	11,27	7,89	17,55
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	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	Первое блюдо		Борщ с капустой и картофелем со смет.с укроп	256		126,42	2,64	6	15,46
	Гор. напиток		Чай "Витаминный"полусл. с шоколадом Сказка молочный	215		158,15	1,87	5,31	25,72

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 28.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	165		67,98	0,66	0,66	14,85
	Второе блюдо	ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	100		186,26	11,27	7,89	17,55
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	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 28.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшенная вязкая	140		148,69	3,96	4,68	22,69
	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 28.09.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	165	16,05	67,98	0,66	0,66	14,85
	Второе блюдо	ТТК491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(мексик см)	100	25,89	186,26	11,27	7,89	17,55
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180	17,65	175,11	3,97	5,89	26,55
	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