



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

Отд./корп

День 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60		76,67	1,6	3,64	9,37
	Второе блюдо	ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	90		193,75	11,16	12,43	9,3
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	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 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60		76,67	1,6	3,64	9,37
	Второе блюдо	ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	90		193,75	11,16	12,43	9,3
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	275		149,66	6,2	5	19,97
		ттк№-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красн. смор.с печ.сах.	218		198,49	2,82	5,76	33,83
	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 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	100		94,81	1,9	5,1	10,31
	Второе блюдо	ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	100		193,76	11,16	12,44	9,3
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Доп. питание	Первое блюдо	133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	275		149,66	6,2	5	19,97
		ттк№-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красн. смор.с печ.сах.	218		198,49	2,82	5,76	33,83
	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 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100		127,79	2,67	6,07	15,61
	Второе блюдо	ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	100		193,76	11,16	12,44	9,3
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	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 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	146		131,99	3,19	4,12	20,54
	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 23.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	19,14	127,79	2,67	6,07	15,61
	Второе блюдо	ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стр.)	100	37,82	193,76	11,16	12,44	9,3
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5,70	186,58	5,57	5,27	29,22
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200	1,07	21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91