



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

Отд./корп

День 24.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	119		49,03	0,48	0,48	10,71
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	183		180,07	6,09	6,12	25,17
	Гор. напиток	ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	218		220,71	4,86	7,47	33,5
	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 24.10.2023

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
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	183		180,07	6,09	6,12	25,17
	Гор. напиток	ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	218		220,71	4,86	7,47	33,5
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	285		482,43	25,46	30,15	27,31
	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 "Рябинushка"	30	111,51	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 24.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	107		44,08	0,43	0,43	9,63
	Гор.блюдо	340/04	Омлет натуральный с маслом	203		326,71	19,26	26,45	2,91
	Гор. напиток	ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	218		220,71	4,86	7,47	33,5
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	285		482,43	25,46	30,15	27,31
	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 "Рябинushка"	30	114,20	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 24.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	118		48,62	0,47	0,47	10,62
	Гор.блюдо	340/04	Омлет натуральный с маслом	203		326,71	19,26	26,45	2,91
	Гор. напиток	ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	218		220,71	4,86	7,47	33,5
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	77,34	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 24.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	132		141,39	4,09	4,17	21,88
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	8,80	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 24.10.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты		Десерт фруктовый Яблоко	118	11,48	48,62	0,47	0,47	10,62
	Гор.блюдо	340/04	Омлет натуральный с маслом	203	57,15	326,71	19,26	26,45	2,91
	Гор. напиток	ТТК №839к	Напиток из цикория с молоком с печ. сах в ассорт.	218	12,03	220,71	4,86	7,47	33,5
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91