



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

Отд./корп

День 20.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	60		51,73	1,06	3,01	5,11
	Второе блюдо	ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	90		165,51	10,26	12,4	3,22
	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	150		160,8	4,65	4,75	24,86
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		74,06	0,76	0,06	17,62
	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 20.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	60		51,73	1,06	3,01	5,11
	Второе блюдо	ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	90		165,51	10,26	12,4	3,22
	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	150		160,8	4,65	4,75	24,86
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		74,06	0,76	0,06	17,62
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	148/2004	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	275		116,76	6,59	8,66	3,1
	Напиток	ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	111,51	74,49	2,03	0,4	15,7

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

Отд./корп

День 20.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100		86,22	1,76	5,02	8,51
	Второе блюдо	ттк № 184н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	103		219,27	12,39	18,65	0,45
	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	180		192,97	5,57	5,7	29,83
	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
	Первое блюдо	148/2004	Суп лапша домашняя с мясными фрикадельками "Останкинские"	275		116,76	6,59	8,66	3,1

Доп. питание	Напиток	ТТК-265н	Компот "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	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 20.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100		86,22	1,76	5,02	8,51
	Второе блюдо	ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	105		232,51	12,41	20,1	0,48
	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	180		192,97	5,57	5,7	29,83
	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 20.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	135		121,99	2,95	3,8	18,99
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	200		61,42	0,2	0,05	15,04
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	29	8,80	68,82	2,2	0,26	14,41
Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День 20.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№357н	Салат "Капуста квашеная"	100	8,84	86,22	1,76	5,02	8,51
	Второе блюдо	ттк № 1н	Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом	105	41,65	232,51	12,41	20,1	0,48
	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,56	192,97	5,57	5,7	29,83
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200	1,08	21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91