



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

Отд./корп

День 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60		63,15	0,84	3,12	7,93
	Второе блюдо	ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	100		185,09	5,35	14,3	8,75
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		73,75	0,16	0,05	18,18
	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 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	35/2010	Салат из свеклы с яблоком	60		63,15	0,84	3,12	7,93
	Второе блюдо	ТТК-652к	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	100		185,09	5,35	14,3	8,75
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		73,75	0,16	0,05	18,18
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125		46,5	1,13		10,5
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	285		223,38	9,46	12,5	18,26
	Напиток	ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200		98,45	0,14	0,02	24,43
	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 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100		105,25	1,41	5,2	13,21
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22

	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		24,23	0,16	0,05	5,79
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	124		46,13	1,12		10,42
	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Рассольник ленинградский со сметаной	255		132,19	3,33	5,35	17,68
	Напиток	ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200		98,45	0,14	0,02	24,43
	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 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100		105,25	1,41	5,2	13,21
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200		24,23	0,16	0,05	5,79
	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 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	135		144,72	4,18	4,28	22,37
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	200		61,42	0,2	0,05	15,04
	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 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	35/2010	Салат из свеклы с яблоком	100	5,98	105,25	1,41	5,2	13,21
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100	62,23	131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5,92	186,58	5,57	5,27	29,22
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусладкий	200	3,08	24,23	0,16	0,05	5,79
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 22.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Доп. питание	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125	26,35	46,5	1,13		10,5
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280	33,13	215,39	9,33	11,75	18,08
	Напиток	ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	5,65	98,45	0,14	0,02	24,43
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,32	74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91