



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

Отд./корп

День 30.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	120		44,64	1,08		10,08
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	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 30.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	125		46,5	1,13		10,5
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	26		61,7	1,98	0,23	12,92
Доп. питание	Первое блюдо		Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом	311		256,01	13,01	15,71	15,64
		ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с зефиром	240		150,79	0,48	0,05	37,11
	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 30.11.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	130		48,36	1,17		10,92
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	20		47,46	1,52	0,18	9,94
Доп. питание	Первое блюдо		Борщ с капустой и картофелем со смет.с укроп	261		134,41	2,77	6,75	15,64
		ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с зефиром	240		150,79	0,48	0,05	37,11
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7

	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	25	114,20	59,33	1,9	0,23	12,43
Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День 30.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	131		48,73	1,18		11
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	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 30.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшеничная 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 30.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	136	28,67	50,59	1,22		11,42
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100	62,23	131,02	15,96	5,87	3,58
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180	9,03	165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	5,35	66,73	0,01	0,01	16,66
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91
Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День 30.11.2023			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Доп. питание	Первое блюдо		Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом	311	28,06	256,01	13,01	15,71	15,64
		ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с зефиром	240	12,55	150,79	0,48	0,05	37,11
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,32	74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91