



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

Отд./корп

День 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК-130	Салат "Метелка"	60		73,35	0,96	6,05	3,76
		ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (мекс. смесь)	105		246,67	38,7	8,7	3,39
	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	150		135,54	3,28	4,23	21,1
	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 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК-130	Салат "Метелка"	60		73,35	0,96	6,05	3,76
		ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (мекс. смесь)	105		246,67	38,7	8,7	3,39
	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	150		135,54	3,28	4,23	21,1
	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	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	150		61,8	0,6	0,6	13,5
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19 033- 00419779- 2017	Суп картофельный с бобовыми с мясными фрикадельками "Останкинские"	275		212,45	13,75	12,65	10,9
	Напиток	ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200		82,64			20,66
	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 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК-130	Салат "Метелка"	100		122,26	1,61	10,09	6,26
		ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (мекс. смесь)	105		246,67	38,7	8,7	3,39
	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	180		162,65	3,93	5,07	25,32

	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	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	130		53,56	0,52	0,52	11,7
	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп картофельный с бобовыми	250		129,25	7,75	6,25	10,5
	Напиток	ТТК № 258н	Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма	200		82,64			20,66
	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 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК-130	Салат "Метелка"	100		122,26	1,61	10,09	6,26
		ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (мекс. смесь)	105		246,67	38,7	8,7	3,39
	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	180		162,65	3,93	5,07	25,32
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	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 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	140		145,12	4,34	4,1	22,73
	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 08.12.2023

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК-130	Салат "Метелка"	100	5,51	122,26	1,61	10,09	6,26
		ТТК№230н	Мякоть птицы "Лакомый кусочек" с овощами (мекс. смесь)	105	57,13	246,67	38,7	8,7	3,39
	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	180	5,78	162,65	3,93	5,07	25,32
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207	3,72	62,73	0,27	0,06	15,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,37	71,19	2,28	0,27	14,91