



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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	160		65,92	0,64	0,64	14,4
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	25		90,18	7,24	6,8	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	185		193,32	6,11	7,57	25,2
		ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	230		325,72	7,89	12,34	45,78
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	66,76	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	155		63,86	0,62	0,62	13,95
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	25		90,18	7,24	6,8	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	183		180,07	6,09	6,12	25,17
		ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	230		325,72	7,89	12,34	45,78
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп из овощей с цыпл, со сметаной	280		208,54	9	10,98	18,43
	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	115,97	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	140		57,68	0,56	0,56	12,6
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	205		211,12	6,78	8	27,99
		ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	230		325,72	7,89	12,34	45,78
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп из овощей с цыпл, со сметаной	280		208,54	9	10,98	18,43
	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 "Рябинушка"	30	118,82	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	165		67,98	0,66	0,66	14,85
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	30		110,22	8,84	8,32	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	210		244,22	6,83	11,63	28,06
		ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	230		325,72	7,89	12,34	45,78
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	80,48	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша перловая вязкая	140		135,35	2,85	3,88	22,25
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	9,20	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	165	15,12	67,98	0,66	0,66	14,85
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	30	27,33	110,22	8,84	8,32	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	210	23,67	244,22	6,83	11,63	28,06
		ттк №198н	Какао с молоком полусладкое с печ.сахарн.	230	14,40	325,72	7,89	12,34	45,78
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,49	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 16.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп из овощей с цыпл, со сметаной	280	20,83	208,54	9	10,98	18,43
	Напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с шоколадом Сказка молочный	215	19,21	105,58	1,31	5,3	13,16
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25	2,44	74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,49	71,19	2,28	0,27	14,91