



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

Отд./корп

День 20.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	125		51,5	0,5	0,5	11,25
	Гор.блюдо	392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	185		444,36	15,03	28,6	31,7
	Напиток	ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200		80,23	0,51	0,08	19,38
	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 20.01.2024

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
	Гор.блюдо	392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	185		444,36	15,03	28,6	31,7
	Напиток	ТТК-258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка	200		80,23	0,51	0,08	19,38
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	124/04	Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной	310		199,15	12,35	12,47	9,37
	Гор. напиток	ттк№343н	Кофейный напиток полусладкий с печ.сах.в ассорт.	230		308,63	7,3	11,37	44,29
	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 20.01.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	130		53,56	0,52	0,52	11,7
	Гор.блюдо	392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	203		476,81	16,68	29,92	35,19
	Напиток	ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	235		204,55	2,19	1,06	46,57
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	124/04	Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной	310		199,15	12,35	12,47	9,37
	Гор. напиток	ТТК-343н	Кофейный напиток полусладкий	200		122,65	3,02	5,22	15,9
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	118,82	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 20.01.2024

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
	Гор.блюдо	392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	205		490,05	16,7	31,37	35,22

Завтрак	Напиток	ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	235		204,55	2,19	1,06	46,57
	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 20.01.2024

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 20.01.2024

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
	Гор.блюдо	392/11	Пельмени мясные отварные с маслом	205	55,20	490,05	16,7	31,37	35,22
	Напиток	ТТК№258к	Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка с пряником	235	8,64	204,55	2,19	1,06	46,57
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	2,49	71,19	2,28	0,27	14,91