



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

Отд./корп

День 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Салат | ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 60 | | 51,73 | 1,06 | 3,01 | 5,11 |
| | Второе блюдо | ттк №358н | Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(фас.стр) | 90 | | 149,07 | 9,24 | 12,32 | 0,31 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша гречневая вязкая | 150 | | 160,8 | 4,65 | 4,75 | 24,86 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном | 207 | | 62,73 | 0,27 | 0,06 | 15,28 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 66,76 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|-----------|---|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Салат | ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 60 | | 51,73 | 1,06 | 3,01 | 5,11 |
| | Второе блюдо | ттк №358н | Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(фас.стр) | 90 | | 149,07 | 9,24 | 12,32 | 0,31 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша гречневая вязкая | 150 | | 160,8 | 4,65 | 4,75 | 24,86 |
| | 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 | Первое блюдо | 148/2004 | Суп лапша домашняя с цып | 275 | | 149,08 | 7,81 | 7,06 | 13,56 |
| | | ттк№-265н | Компот "Фруктово-ягодный" из красн. смор.с печ.сах. | 215 | | 176,58 | 2,37 | 4,81 | 30,95 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | 115,97 | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |

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

Отд./корп

День 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 100 | | 86,22 | 1,76 | 5,02 | 8,51 |
| | Второе блюдо | ттк № 1н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 105 | | 232,51 | 12,41 | 20,1 | 0,48 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша гречневая вязкая | 180 | | 192,97 | 5,57 | 5,7 | 29,83 |
| | 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 | Первое блюдо | 148/2004 | Суп лапша домашняя с цып | 275 | | 149,08 | 7,81 | 7,06 | 13,56 |
| | | ттк№-265н | Компот "Фруктово-ягодный" из красн. смор.с печ.сах. | 215 | | 176,58 | 2,37 | 4,81 | 30,95 |
| | 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 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 100 | | 86,22 | 1,76 | 5,02 | 8,51 |
| | Второе блюдо | ттк № 1н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 105 | | 232,51 | 12,41 | 20,1 | 0,48 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша гречневая вязкая | 180 | | 192,97 | 5,57 | 5,7 | 29,83 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном | 207 | | 62,73 | 0,27 | 0,06 | 15,28 |
| | 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 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 140 | | 126,51 | 3,06 | 3,94 | 19,69 |
| | Гор. напиток | 685/04 | Чай с сахаром | 200 | | 61,42 | 0,2 | 0,05 | 15,04 |
| | 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 05.02.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | ттк№357н | Салат "Капуста квашеная" | 100 | 9,67 | 86,22 | 1,76 | 5,02 | 8,51 |
| | Второе блюдо | ттк № 1н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 105 | 43,73 | 232,51 | 12,41 | 20,1 | 0,48 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша гречневая вязкая | 180 | 7,30 | 192,97 | 5,57 | 5,7 | 29,83 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном | 207 | 3,72 | 62,73 | 0,27 | 0,06 | 15,28 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,49 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |