



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

Отд./корп

День 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	148		55,06	1,33		12,43
	Второе блюдо	ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	90		187,47	11,43	7,89	17,68
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	150		206,66	3,8	4,34	38,09
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	218		211,35	3,19	5,75	36,71
	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 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	200		74,4	1,8		16,8
	Второе блюдо	ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	90		187,47	11,43	7,89	17,68
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	150		206,66	3,8	4,34	38,09
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	218		211,35	3,19	5,75	36,71
	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	115,97	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	136		50,59	1,22		11,42
	Второе блюдо	тتك №241н	Минтай тушеный с овощами	100		123,01	13,18	5,74	4,65
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	180		247,99	4,56	5,21	45,71
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	218		211,35	3,19	5,75	36,71
	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 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	170		63,24	1,53		14,28
	Второе блюдо	тتك №241н	Минтай тушеный с овощами	100		123,01	13,18	5,74	4,65
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	180		247,99	4,56	5,21	45,71
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	218		211,35	3,19	5,75	36,71
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	80,48	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	140		150,08	4,34	4,44	23,2
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	200		21,5	0,2	0,05	5,06
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	9,20	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 13.04.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Апельсин	170	25,65	63,24	1,53		14,28
	Второе блюдо	тتك №241н	Минтай тушеный с овощами	100	33,91	123,01	13,18	5,74	4,65
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	180	12,11	247,99	4,56	5,21	45,71
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с печ. сахарн	218	5,38	211,35	3,19	5,75	36,71
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	2,49	71,19	2,28	0,27	14,91