



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

Отд./корп

День 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Масло крестьянское порц	10		66,21	0,1	7,25	0,14
	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	205		211,12	6,78	8	27,99
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	60		142,38	4,56	0,54	29,82
Обед			Кекс для детск.питания	28		124,88	1,68	6,16	15,68
	Салат	14/10	Салат из св.помидоров	100		112,51	0,7	10,04	4,85
	Первое блюдо	151/96; 148/04	Суп лапша домашняя с цыплятами с укропом	276		150,91	7,89	7,07	13,93
	Второе блюдо	437/04	Гуляш	100		131,82	15,99	5,88	3,74
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		126,84	3,56	5,48	15,82
	Напиток	ТТК261	Напиток "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	72,5		148,99	4,06	0,8	31,39	
Ужин	Салат	ТТК-488н	Салат из св.огурцов	100		85,17	5,16	6,09	2,42
		ТТК-85н	Биточки "Рябушка" с овощами (зел.гор конс.)	100		259,15	11,75	16,59	15,7
	Гарнир	316/10	Рис припущенный	180		247,99	4,56	5,21	45,71
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	230		240,55	4,7	9,59	33,86
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	60	250,00	142,38	4,56	0,54	29,82

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

Отд./корп

День 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК № 473	Салат "Зайка"	60		57,92	0,97	3,09	6,55
	Второе блюдо	ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(кукур.к)	90		149,07	9,24	12,32	0,31
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	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 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК № 473	Салат "Зайка"	60		57,92	0,97	3,09	6,55
	Второе блюдо	ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(кукур.к)	90		149,07	9,24	12,32	0,31
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	150		138,28	2,31	4,13	22,97
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	275		149,66	6,2	5	19,97
	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
	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 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК № 473	Салат "Зайка"	100		96,54	1,62	5,15	10,92
	Второе блюдо	ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(кукур.к)	100		149,07	9,24	12,32	0,31
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	275		149,66	6,2	5	19,97
	Гор. напиток	686/04	Чай с лимоном	207		62,73	0,27	0,06	15,28
	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 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК № 473	Салат "Зайка"	100		96,54	1,62	5,15	10,92
	Второе блюдо	ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(кукур.к)	100		149,07	9,24	12,32	0,31
	Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180		165,94	2,77	4,95	27,57
	Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200		66,73	0,01	0,01	16,66
	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 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	120		124,39	3,72	3,51	19,48
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	180		55,27	0,18	0,05	13,54
	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 09.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ТТК № 473	Салат "Зайка"	100	7,37	96,54	1,62	5,15	10,92
	Второе блюдо	ттк №358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(кукур.к)	100	40,43	149,07	9,24	12,32	0,31

Сметка

Гарнир	510/04	Каша рисовая вязкая	180	10,05	165,94	2,77	4,95	27,57
Напиток	ТТК-356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	6,61	66,73	0,01	0,01	16,66
Хлеб		Хлеб "Рябинка"	30	2,86	71,19	2,28	0,27	14,91