



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

Отд./корп

День 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тتك№487н	Салат из св.помидоров	60		42,96	0,29	3,6	2,35
	Гор.блюдо	тتك-№398н	Плов Азиатский	200		330	16,67	10,92	41,26
		ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10		4,22	0,51		0,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	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 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тتك№487н	Салат из св.помидоров	60		42,96	0,29	3,6	2,35
	Гор.блюдо	тتك-№398н	Плов Азиатский	200		330	16,67	10,92	41,26
		ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10		4,22	0,51		0,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Первое блюдо	ТУ-9165-033-0419779-12	Суп картофельный с бобовыми с цып	275		190,05	12,87	10,73	10,5
	Гор. напиток	тتك№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,99	0,78	0,13	29,93
	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 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тتك№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
	Второе блюдо	тتك-№1021	Плов из говядины	250		429,26	19,6	16,2	51,27
		ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10		4,22	0,51		0,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-9165-033-0419779-12	Суп картофельный с бобовыми с цып	275		190,05	12,87	10,73	10,5
	Гор. напиток	ТТК-253к	Чай "Витаминный" полусладкий	200		24,23	0,16	0,05	5,79
	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 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
	Второе блюдо	ттк-№1021	Плов из говядины	250		429,26	19,6	16,2	51,27
		ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10		4,22	0,51		0,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	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 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша гречневая вязкая	120		128,64	3,72	3,8	19,89
	Гор. напиток	685/04	Чай с сахаром	180		55,27	0,18	0,05	13,54
	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 20.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	ттк№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
	Второе блюдо	ттк-№1021	Плов из говядины	250		429,26	19,6	16,2	51,27
		ТТК-81н	Огурцы консервированные порциями	10		4,22	0,51		0,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	80,48	71,19	2,28	0,27	14,91