



Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"					Отд./корп	День 03.09.2025			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Хол. закуска	7/10	Сыр российский (порц)	10		36,25	2,86	2,76	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	183		180,07	6,09	6,12	25,17
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	218		155,66	2,86	5,77	23,07
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	74,77	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"					Отд./корп	День 03.09.2025			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Хол. закуска	7/10	Сыр российский (порц)	10		36,25	2,86	2,76	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	183		180,07	6,09	6,12	25,17
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	218		155,66	2,86	5,77	23,07
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280		215,39	9,33	11,75	18,08
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200		82,64			20,66
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	128,90	71,19	2,28	0,27	14,91

Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"					Отд./корп	День 03.09.2025			
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Хол. закуска	7/10	Сыр российский (порц)	15		54,38	4,29	4,13	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	205		211,12	6,78	8	27,99
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	218		155,66	2,86	5,77	23,07
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Доп. питание	Первое блюдо	ТУ 10.85.19 033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280		215,39	9,33	11,75	18,08
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200		82,64			20,66
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	130,88	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 03.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Хол. закуска	7/10	Сыр российский (порц)	15		54,38	4,29	4,13	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультислаковая (вязкая) с маслом	205		211,12	6,78	8	27,99
	Гор. напиток	тнк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	218		155,66	2,86	5,77	23,07
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	88,70	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 03.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшенная вязкая	120		127,45	3,4	4,01	19,45
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	180		19,35	0,18	0,05	4,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	10,30	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 03.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4	9
	Хол. закуска	7/10	Сыр российский (порц)	15		54,38	4,29	4,13	
	Гарнир	ТТК-360н	Каша молочная мультислаковая (вязкая) с маслом	205		211,12	6,78	8	27,99
	Гор. напиток	тнк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	218		155,66	2,86	5,77	23,07
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	88,70	71,19	2,28	0,27	14,91