Школа МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов" Отд./корп День 05.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тткк№487н	Салат из св.помидоров	60		42,96	0,29	3,6	2,35
		тткк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	90		223,59	9,68	18,19	5,28
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	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 05.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тткк№487н	Салат из св.помидоров	60		42,96	0,29	3,6	2,35
		тткк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	90		223,59	9,68	18,19	5,28
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	150		145,93	3,31	4,91	22,12
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп крестьянский с крупой и цыпл. смет	280		190,94	8	11,28	14,35
	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком со сгущ.молок	263		260,93	4,98	9,64	38,55
	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 05.09.2025

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тткк№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
		тткк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	100		223,6	9,68	18,2	5,28
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
	Первое блюдо	ТУ-10.85.19-033-	Суп крестьянский с крупой и цыпл. смет	280		190,94	8	11,28	14,35

Доп. питание	Гор. напиток	ТТК-253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком со сгущ.молок	263		260,93	4,98	9,64	38,55
	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 05.09.2025	
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тткк№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
		тткк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	100		223,6	9,68	18,2	5,28
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	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 05.09.2025	
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша ячневая вязкая	120		108,43	2,62	3,38	16,88
	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 05.09.2025	
Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	тткк№487н	Салат из св.помидоров	100		71,61	0,49	5,99	3,92
		тткк№-200н	Зразы "Любимые " с сыром с овощами (фасоль стр.)	100		223,6	9,68	18,2	5,28
	Гарнир	520/04	Пюре картофельное	180		175,11	3,97	5,89	26,55
	Напиток	ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200		79,92	0,5	0,02	19,43
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	88,70	71,19	2,28	0,27	14,91