



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

Отд./корп

День 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	60		56,89	1,14	3,06	6,19
		ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	90		210,19	12,18	12,52	12,21
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Напиток	ТТК261	Напиток "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	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 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	60		56,89	1,14	3,06	6,19
		ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	90		210,19	12,18	12,52	12,21
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	150		155,48	4,65	4,39	24,35
	Напиток	ТТК261	Напиток "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	148/2004	Суп лапша домашняя с цып	275		149,08	7,81	7,06	13,56
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	218		152,93	2,9	5,77	22,34
	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 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	100		94,81	1,9	5,1	10,31
		ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	100		221,15	12,85	12,57	14,15
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22
	Напиток	ТТК261	Напиток "Фруктово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	148/2004	Суп лапша домашняя с цып	275		149,08	7,81	7,06	13,56
	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий с печеньем сахарным	218		152,93	2,9	5,77	22,34

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 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	100		94,81	1,9	5,1	10,31
		ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	100		221,15	12,85	12,57	14,15
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180		186,58	5,57	5,27	29,22
	Напиток	ТТК261	Напиток "Флодово-ягодный" из красной смородины	200		67,06	0,12	0,04	16,55
	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 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гарнир	510/04	Каша пшеничная 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 "Рябинushка"	30	9,20	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 03.09.2024

Прием Пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салат	20/2010	Салат из белокочанной капусты	100	6,26	94,81	1,9	5,1	10,31
		ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (горош.зел.)	100	43,57	221,15	12,85	12,57	14,15
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	180	6,96	186,58	5,57	5,27	29,22
	Напиток	ТТК261	Напиток "Флодово-ягодный" из красной смородины	200	7,34	67,06	0,12	0,04	16,55
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	2,86	71,19	2,28	0,27	14,91