



МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"			Отд./корп	День				
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4
Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	66,76	71,19	2,28	0,27
МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"			Отд./корп	День				
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4
Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19-033-00419779-2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280		215,39	9,33	11,75
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма с блинч.со сг молоком	263		269,1	4,2	9,52
Доп. питание	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	115,97	71,19	2,28	0,27
МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"			Отд./корп	День				
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4

Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19 033- 00419779- 2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280		215,39	9,33	11,75
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма с блинч.со сг молоком	263		269,1	4,2	9,52
Доп. питание	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	118,82	71,19	2,28	0,27
МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День		
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4
Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	80,48	71,19	2,28	0,27
	МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День	
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4
Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30		71,19	2,28	0,27
	Первое блюдо	ТУ 10.85.19 033- 00419779- 2017	Рассольник ленинградский с мясными фрикадельками "Останкинские" со сметаной	280		215,39	9,33	11,75
	Напиток	ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма с блинч.со сг молоком	263		269,1	4,2	9,52
Доп. питание	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4
	Хлеб		Хлеб "Рябинушка"	30	115,97	71,19	2,28	0,27
МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"				Отд./корп		День		
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Гарнир	510/04	Каша пшеничная вязкая	120		127,45	3,4	4,01

Прием Пищи	Гор. напиток	ТТК-475	Чай полусладкий	180		19,35	0,18	0,05
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	9,20	71,19	2,28	0,27
	МБОУ "СОШ № 31 с углубленным изучением отдельных предметов"			Отд./корп		День		
Школа	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
	Фрукты	ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100		41,2	0,4	0,4
Прием Пищи	Хол. закуска	7/10	Сыр голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16
Завтрак	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с пряником	235		198,34	2,79	1,56
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	80,48	71,19	2,28	0,27

17.12.2024

Углеводы
9
38,98
43,28
14,91

17.12.2024

Углеводы
9
38,98
43,28
14,91
18,08
41,66
15,7
14,91

17.12.2024

Углеводы
9

43,24
43,28
14,91
18,08
41,66
15,7
14,91
17.12.2024
Углеводы
9
43,24
43,28
14,91
17.12.2024
Углеводы
9
38,98
43,28
14,91
18,08
41,66
15,7
14,91
17.12.2024
Углеводы
19,45

4,55
14,91
17.12.2024
Углеводы
9
43,24
43,28
14,91