



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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25	38,98
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	69,43	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25	38,98
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ 9165-033-00419779-12	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	280		474,44	25,33	29,4	27,13
		ТТК-257н	Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком	263		266,37	4,69	9,54	40,43
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	123,56	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04	43,24
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01

	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91
Доп. питание	Первое блюдо	ТУ 9165-033-00419779-12	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	280		474,44	25,33	29,4	27,13
		ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком	263		266,37	4,69	9,54	40,43
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	130,18	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04	43,24
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	88,00	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	10		37,28	2,94	2,83	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	183		229,05	6,46	5,25	38,98
	Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30		71,19	2,28	0,27	14,91

Доп. питание	Первое блюдо	ТУ 9165-033-00419779-12	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	280		474,44	25,33	29,4	27,13
		ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком	263		266,37	4,69	9,54	40,43
	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"	36,25		74,49	2,03	0,4	15,7
	Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	123,56	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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	9,60	71,19	2,28	0,27	14,91

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

Отд./корп

День 10.01.2025

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 голландск.(порц)	15		55,11	4,42	4,16	
	Гор.блюдо	ТТК-270	Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом	205		264,97	7,17	7,04	43,24

Гор. напиток	ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	216		123,58	0,76	0,06	30,01
Хлеб		Хлеб "Рябинushка"	30	88,00	71,19	2,28	0,27	14,91