



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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | TTK-294н | Помидоры свежие | 60 | | 11,02 | 0,31 | | 2,45 |
| | Второе блюдо | TTK-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 150,56 | 23,62 | 4,59 | 3,68 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 206,89 | 5,36 | 4,37 | 36,54 |
| | Гор. напиток | TTK-253н | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 64,19 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|------------------|--|----------|--------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | TTK-294н | Помидоры свежие | 60 | | 11,02 | 0,31 | | 2,45 |
| | Второе блюдо | TTK-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 150,56 | 23,62 | 4,59 | 3,68 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 206,89 | 5,36 | 4,37 | 36,54 |
| | Гор. напиток | TTK-253н | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Груша | 155 | | 161,2 | 1,55 | | 38,75 |
| | | ТУ-10.85.19-033- | Рассольник Ленинградский со сметой с укропом | 256 | | 132,37 | 3,34 | 5,35 | 17,71 |
| | Напиток | TTK-950 | Напиток "Лимонный" | 200 | | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 111,51 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | TTK-294н | Огурец свежий порциями | 100 | | 14,38 | 0,82 | 0,1 | 2,55 |
| | Второе блюдо | TTK-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 150,56 | 23,62 | 4,59 | 3,68 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |
| | Гор. напиток | TTK-253н | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|---------|------------------|--|-------|--------|--------|------|------|-------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Груша | 130 | | 135,2 | 1,3 | | 32,5 |
| | | ТУ-10.85.19-033- | Рассольник Ленинградский со сметой с укропом | 256 | | 132,37 | 3,34 | 5,35 | 17,71 |
| | Напиток | ТТК-950 | Напиток "Лимонный" | 200 | | 98,45 | 0,14 | 0,02 | 24,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 114,20 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | ТТК-294н | Огурец свежий порциями | 100 | | 14,38 | 0,82 | 0,1 | 2,55 |
| | Второе блюдо | ТТК-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 150,56 | 23,62 | 4,59 | 3,68 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |
| | | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с зефиром | 240 | | 150,79 | 0,48 | 0,05 | 37,11 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 77,34 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|--------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша рисовая вязкая | 140 | | 129,06 | 2,16 | 3,85 | 21,44 |
| | Гор. напиток | 685/04 | Чай с сахаром | 200 | | 61,42 | 0,2 | 0,05 | 15,04 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 29 | 8,80 | 68,82 | 2,2 | 0,26 | 14,41 |

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

Отд./корп

День 13.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Салат | ТТК-294н | Огурец свежий порциями | 100 | 9,35 | 14,38 | 0,82 | 0,1 | 2,55 |
| | Второе блюдо | ТТК-53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | 33,12 | 150,56 | 23,62 | 4,59 | 3,68 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | 7,50 | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |
| | | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с зефиром | 240 | 12,59 | 150,79 | 0,48 | 0,05 | 37,11 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,37 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |