



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

Отд./корп

День 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Апельсин | 115 | | 42,78 | 1,04 | | 9,66 |
| | Второе блюдо | ТТК-358н | Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см) | 90 | | 156,39 | 9,63 | 12,36 | 1,66 |
| | Гарнир | 520/04 | Пюре картофельное | 150 | | 145,93 | 3,31 | 4,91 | 22,12 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл.с пряником | 235 | | 148,51 | 2,19 | 1,55 | 31,45 |
| | 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 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|-------------------------------|--|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Апельсин | 130 | | 48,36 | 1,17 | | 10,92 |
| | Второе блюдо | ТТК-358н | Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(мекс.см) | 90 | | 156,39 | 9,63 | 12,36 | 1,66 |
| | Гарнир | 520/04 | Пюре картофельное | 150 | | 145,93 | 3,31 | 4,91 | 22,12 |
| | Гор. напиток | ТТК-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 | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-033-00419779-2017 | Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом | 313 | | 256,37 | 13,04 | 15,71 | 15,71 |
| | Напиток | ТТК-356н | Компот "Плодово-ягодный" ассорти | 200 | | 66,73 | 0,01 | 0,01 | 16,66 |
| | 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 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|---|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Мандарин | 80 | | 28 | 0,64 | 0,16 | 6 |
| | Второе блюдо | ттк № 184н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 103 | | 219,27 | 12,39 | 18,65 | 0,45 |
| | Гарнир | 520/04 | Пюре картофельное | 180 | | 175,11 | 3,97 | 5,89 | 26,55 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с зефиром | 240 | | 150,79 | 0,48 | 0,05 | 37,11 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|--------------|----------|--|-------|--------|--------|------|------|-------|
| Доп. питание | Первое блюдо | | Борщ с капустой и картофелем со смет.с укроп | 263 | | 134,77 | 2,8 | 6,75 | 15,71 |
| | Напиток | ТТК-356н | Компот "Плодово-ягодный" ассорти | 200 | | 66,73 | 0,01 | 0,01 | 16,66 |
| | 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 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Мандарин | 80 | | 28 | 0,64 | 0,16 | 6 |
| | Второе блюдо | ТТК № 1н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 105 | | 232,51 | 12,41 | 20,1 | 0,48 |
| | Гарнир | 520/04 | Пюре картофельное | 180 | | 175,11 | 3,97 | 5,89 | 26,55 |
| | | 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 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша пшенная вязкая | 140 | | 148,69 | 3,96 | 4,68 | 22,69 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 8,80 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Мандарин | 80 | 16,92 | 28 | 0,64 | 0,16 | 6 |
| | Второе блюдо | ТТК № 1н | Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом | 105 | 41,65 | 232,51 | 12,41 | 20,1 | 0,48 |
| | Гарнир | 520/04 | Пюре картофельное | 180 | 19,25 | 175,11 | 3,97 | 5,89 | 26,55 |
| | | ТТК № 253н | Чай "Витаминный" полусл. с зефиром | 240 | 12,55 | 150,79 | 0,48 | 0,05 | 37,11 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,37 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 14.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|----------------------------------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19 033-00419779-2017 | Борщ с капустой и карт. с цыпл. со смет. с укропом | 313 | 29,62 | 256,37 | 13,04 | 15,71 | 15,71 |
| | Напиток | ТТК-356н | Компот "Плодово-ягодный" ассорти | 200 | 5,35 | 66,73 | 0,01 | 0,01 | 16,66 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | 2,32 | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,37 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |