



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

Отд./корп

День 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 115 | | 47,38 | 0,46 | 0,46 | 10,35 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 183 | | 431,12 | 15,01 | 27,15 | 31,68 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с мармеладом | 216 | | 71,02 | 0,2 | 0,05 | 17,44 |
| | 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 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|------------------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 150 | | 61,8 | 0,6 | 0,6 | 13,5 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 185 | | 444,36 | 15,03 | 28,6 | 31,7 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с мармеладом | 216 | | 71,02 | 0,2 | 0,05 | 17,44 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ-10.85.19-033- | Суп картофельный с бобовыми с цып | 300 | | 250,85 | 17,99 | 15,21 | 10,5 |
| | Напиток | ттк-839к | Напиток из цикория с молоком | 200 | | 89,27 | 2,16 | 1,75 | 16,22 |
| | 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 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|------------------|-----------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 110 | | 45,32 | 0,44 | 0,44 | 9,9 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 203 | | 476,81 | 16,68 | 29,92 | 35,19 |
| | Напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с пряником | 235 | | 145,78 | 2,23 | 1,56 | 30,71 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ-10.85.19-033- | Суп картофельный с бобовыми с цып | 300 | | 250,85 | 17,99 | 15,21 | 10,5 |
| | Напиток | ттк-839к | Напиток из цикория с молоком | 200 | | 89,27 | 2,16 | 1,75 | 16,22 |
| | 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 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|--------|-------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
|------------|--------|--------|-------|----------|------|--------------|-------|------|----------|

| | | | | | | | | | |
|---------|-----------|----------|-----------------------------------|-----|-------|--------|------|-------|-------|
| Завтрак | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 164 | | 67,57 | 0,66 | 0,66 | 14,76 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 205 | | 490,05 | 16,7 | 31,37 | 35,22 |
| | Напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с пряником | 235 | | 145,78 | 2,23 | 1,56 | 30,71 |
| | 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 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|----------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша перловая вязкая | 145 | | 140,19 | 2,95 | 4,02 | 23,05 |
| | 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 16.12.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|----------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 164 | 15,03 | 67,57 | 0,66 | 0,66 | 14,76 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 205 | 53,78 | 490,05 | 16,7 | 31,37 | 35,22 |
| | Напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с пряником | 235 | 5,38 | 145,78 | 2,23 | 1,56 | 30,71 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,37 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |