

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Салат | 43/04 | Салат из белокочанной капусты | 60 | | 53,71 | 0,93 | 3,05 | 5,63 |
| | Второе блюдо | ТТК № 338к | Рагу из мякоти птицы | 200 | | 279,5 | 23,6 | 10,69 | 22,21 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком с повидлом | 263 | | 231,68 | 2,26 | 8,16 | 37,29 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 53,41 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|---------------------------------------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 76,5 | | | | | |
| | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Рассольник Ленинград. с фрик. со смет. | 285 | | 213,54 | 8,28 | 12,02 | 18,06 |
| | Напиток | ТТК-257н | Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов | 200 | | 79,92 | 0,5 | 0,02 | 19,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|---|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Салат | 43/04 | Салат из белокочанной капусты | 60 | | 53,71 | 0,93 | 3,05 | 5,63 |
| | Второе блюдо | ТТК № 338к | Рагу из мякоти птицы | 200 | | 279,5 | 23,6 | 10,69 | 22,21 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком с повидлом | 263 | | 231,68 | 2,26 | 8,16 | 37,29 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 53,41 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|---------------------------------------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 168,1 | | | | | |
| | Второе блюдо | ттк 53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 167,74 | 21,07 | 7,64 | 3,68 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 180 | | 162,65 | 3,93 | 5,07 | 25,32 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусл. с мармеладом | 232 | | 63,79 | 1,75 | 0,05 | 14,1 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Рассольник Ленинград. с фрик. со смет. | 285 | | 213,54 | 8,28 | 12,02 | 18,06 |
| | Напиток | ТТК-268н | Компот "Плодово-ягодный" из кураги | 200 | | 80,23 | 0,51 | 0,08 | 19,38 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 142 | | 58,5 | 0,57 | 0,57 | 12,78 |
| | Второе блюдо | ттк 53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | | 167,74 | 21,07 | 7,64 | 3,68 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 180 | | 162,65 | 3,93 | 5,07 | 25,32 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный"полусл. с мarmеладом | 216 | | 44,01 | 0,96 | 0,05 | 9,94 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 63,44 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша рисовая вязкая | 145 | | 133,72 | 2,23 | 3,99 | 22,21 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|----------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 142 | 10,11 | 58,5 | 0,57 | 0,57 | 12,78 |
| | Второе блюдо | ттк 53к | Мякоть птицы тушеная в соусе | 100 | 27,42 | 167,74 | 21,07 | 7,64 | 3,68 |
| | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 180 | 5,29 | 162,65 | 3,93 | 5,07 | 25,32 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом | 216 | 5,07 | 44,01 | 0,96 | 0,05 | 9,94 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,15 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|---------------------------------------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 135 | 9,61 | 55,62 | 0,54 | 0,54 | 12,15 |
| | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Рассольник Ленинград. с фрик. со смет. | 285 | 27,52 | 213,54 | 8,28 | 12,02 | 18,06 |
| | Напиток | ТТК-268н | Компот "Плодово-ягодный" из кураги | 200 | 7,04 | 80,23 | 0,51 | 0,08 | 19,38 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | 2,11 | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,15 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

Школа МБОУ "СОШ № 33"

Отд./корп

День 12.10.2021

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|---------------------------------------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Доп. питание | Фрукты | | Десерт фруктовый Яблоко | 135 | 9,61 | 55,62 | 0,54 | 0,54 | 12,15 |
| | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-03 3-00419779 -2017 | Рассольник Ленинград. с фрик. со смет. | 285 | 27,52 | 213,54 | 8,28 | 12,02 | 18,06 |
| | Напиток | ТТК-268н | Компот "Плодово-ягодный" из кураги | 200 | 7,04 | 80,23 | 0,51 | 0,08 | 19,38 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | 2,11 | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 2,15 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |