



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

Отд./корп

День 12.09.2024

| 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 |
| | | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 170 | | 432,03 | 30,16 | 14,82 | 44,5 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте | 225 | | 194,17 | 2,97 | 5,78 | 32,56 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 66,76 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 12.09.2024

| 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 |
| | | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 170 | | 432,03 | 30,16 | 14,82 | 44,5 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте | 225 | | 194,17 | 2,97 | 5,78 | 32,56 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | | Суп картофельный с бобовыми с укропом | 251 | | 129,43 | 7,76 | 6,25 | 10,53 |
| | Напиток | ТТК № 258н | Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма | 200 | | 82,64 | | | 20,66 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 115,97 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 12.09.2024

| 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 |
| | | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 200 | | 367,93 | 29,16 | 13,12 | 33,3 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте | 225 | | 194,17 | 2,97 | 5,78 | 32,56 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | | Суп картофельный с бобовыми с укропом | 251 | | 129,43 | 7,76 | 6,25 | 10,53 |
| | Напиток | ТТК № 258н | Напиток "Фруктово-ягодный" из изюма | 200 | | 82,64 | | | 20,66 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 118,82 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 12.09.2024

| 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 |
| | | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 200 | | 367,93 | 29,16 | 13,12 | 33,3 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте | 225 | | 194,17 | 2,97 | 5,78 | 32,56 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 80,48 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 12.09.2024

| 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 | 9,20 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 12.09.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|------------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 100 | 11,00 | 41,2 | 0,4 | 0,4 | 9 |
| | | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 200 | 81,82 | 367,93 | 29,16 | 13,12 | 33,3 |
| | Гор. напиток | 686/04 | Чай с лимоном с печеньем сахарным в ассортименте | 225 | 6,88 | 194,17 | 2,97 | 5,78 | 32,56 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 2,86 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |