



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

Отд./корп

День 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 206,89 | 5,36 | 4,37 | 36,54 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 66,76 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 206,89 | 5,36 | 4,37 | 36,54 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19-033-00419779-2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 280 | | 452,04 | 24,45 | 27,48 | 26,73 |
| | | ТТК-257н | Напиток "Фруктово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком | 263 | | 266,37 | 4,69 | 9,54 | 40,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 115,97 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|--------------|--|---|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19 033- 00419779- 2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 280 | | 452,04 | 24,45 | 27,48 | 26,73 |
| | | ТТК-257н | Напиток "Флодово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком | 263 | | 266,37 | 4,69 | 9,54 | 40,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 118,82 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | 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 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 206,89 | 5,36 | 4,37 | 36,54 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|--------------|--|---|-------|--------|--------|-------|-------|-------|
| Доп. питание | Первое блюдо | ТУ 10.85.19 033- 00419779- 2017 | Щи из св. капусты с картоф. с цыпл. со сметаной | 280 | | 452,04 | 24,45 | 27,48 | 26,73 |
| | | ТТК-257н | Напиток "Флодово-ягодный" из сухофр. с блинч.со сгущённым молоком | 263 | | 266,37 | 4,69 | 9,54 | 40,43 |
| | Хлеб | | Хлеб "Дарницкий" | 36,25 | | 74,49 | 2,03 | 0,4 | 15,7 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 115,97 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 10.12.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша ячневая вязкая | 120 | | 108,43 | 2,62 | 3,38 | 16,88 |
| | 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 10.12.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | 437/04 | Гуляш | 100 | | 131,02 | 15,96 | 5,87 | 3,58 |
| | Гарнир | 516/04 | Макаронные изделия отварные | 180 | | 248,26 | 6,43 | 5,24 | 43,85 |

| | | | | | | | | |
|-----------------|----------|------------------------------|-----|-------|-------|------|------|-------|
| Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 80,48 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |