



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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|---|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | | ТТК - 648 | Салат из белокочанной капусты со сладким перцем | 60 | | 58,66 | 1,19 | 3,05 | 6,61 |
| | Второе блюдо | ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с пряником | 235 | | 145,78 | 2,23 | 1,56 | 30,71 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 25 | 64,19 | 59,33 | 1,9 | 0,23 | 12,43 |

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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------|--------------|--|--|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | ТТК - 648 | Салат из белокочанной капусты со сладким перцем | 60 | | 58,66 | 1,19 | 3,05 | 6,61 |
| | Второе блюдо | ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | 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- 00419779- 2017 | Суп картофельный с бобовыми с мясными фрикадельками "Останкинские" | 275 | | 212,45 | 13,75 | 12,65 | 10,9 |
| | Напиток | ТТК № 258н | Напиток "Флодово-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 | 111,51 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|--|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | | ТТК - 648 | Салат из белокочанной капусты со сладким перцем | 100 | | 97,77 | 1,98 | 5,09 | 11,01 |
| | Второе блюдо | ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 218 | | 205,49 | 3,46 | 5,78 | 34,9 |
| | 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 | 250 | | 129,25 | 7,75 | 6,25 | 10,5 |
| | 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 "Рябинushка" | 30 | 114,20 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | | ТТК - 648 | Салат из белокочанной капусты со сладким перцем | 100 | | 97,77 | 1,98 | 5,09 | 11,01 |
| | Второе блюдо | ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ТТК-253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 218 | | 205,49 | 3,46 | 5,78 | 34,9 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 77,34 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|-----------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша пшеничная вязкая | 140 | | 145,12 | 4,34 | 4,1 | 22,73 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 25 | 8,80 | 59,33 | 1,9 | 0,23 | 12,43 |

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

Отд./корп

День 29.09.2023

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|-----------|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | | ТТК - 648 | Салат из белокочанной капусты со сладким перцем | 100 | 6,89 | 97,77 | 1,98 | 5,09 | 11,01 |
| | Второе блюдо | ттк-№1021 | Плов из говядины | 250 | 71,97 | 429,26 | 19,6 | 16,2 | 51,27 |
| | Гор. напиток | ттк№253н | Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным | 236 | 8,85 | 336,93 | 6,16 | 11,51 | 52,18 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 2,37 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |