



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

Отд./корп

День 23.11.2024

| 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 |
| | 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 печеньем сахарным | 218 | | 152,93 | 2,9 | 5,77 | 22,34 |
| | 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 23.11.2024

| 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 |
| | 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 печеньем сахарным | 218 | | 152,93 | 2,9 | 5,77 | 22,34 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | | 134-2004г | Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет. | 280 | | 167,43 | 8,15 | 9,98 | 11,25 |
| | 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 | 115,97 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 23.11.2024

| 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 |
| | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 203 | | 476,81 | 16,68 | 29,92 | 35,19 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с печеньем сахарным | 218 | | 152,93 | 2,9 | 5,77 | 22,34 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | | 134-2004г | Суп крестьянский с крупой с фрик. Останк. со смет. | 280 | | 167,43 | 8,15 | 9,98 | 11,25 |
| | 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 | 118,82 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 23.11.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------|----------|-------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| | Фрукты | ТТК-495н | Десерт фруктовый Яблоко | 110 | | 45,32 | 0,44 | 0,44 | 9,9 |

| | | | | | | | | | |
|---------|--------------|---------|-------------------------------------|-----|-------|--------|-------|-------|-------|
| Завтрак | Гор.блюдо | 392/11 | Пельмени мясные отварные с маслом | 203 | | 476,81 | 16,68 | 29,92 | 35,19 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с печеньем сахарным | 218 | | 152,93 | 2,9 | 5,77 | 22,34 |
| | 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 23.11.2024

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|---------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша пшенная 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 23.11.2024

| 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 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий с печеньем сахарным | 218 | | 152,93 | 2,9 | 5,77 | 22,34 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 80,48 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |