



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

Отд./корп

День 30.11.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | ТТК-84н | Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь) | 90 | | 246,64 | 12,48 | 17,12 | 10,65 |
| | Гарнир | ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 150 | | 262,32 | 16,96 | 4,98 | 37,41 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | 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 30.11.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | ТТК-84н | Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь) | 90 | | 246,64 | 12,48 | 17,12 | 10,65 |
| | Гарнир | ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 150 | | 262,32 | 16,96 | 4,98 | 37,41 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| Доп. питание | Первое блюдо | 149/04 | Суп с крупой (рис) с цыплятами | 275 | | 148,94 | 6,81 | 6,52 | 15,74 |
| | Напиток | ТТК-258к | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка | 200 | | 80,23 | 0,51 | 0,08 | 19,38 |
| | 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 30.11.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | ТТК-84н | Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь) | 100 | | 251,52 | 12,74 | 17,15 | 11,56 |
| | Гарнир | ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 180 | | 314,78 | 20,35 | 5,98 | 44,89 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |
| | Первое блюдо | 149/04 | Суп с крупой (рис) с цыплятами | 275 | | 148,94 | 6,81 | 6,52 | 15,74 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|---------|----------|-------------------------------------|-------|--------|-------|------|------|-------|
| Доп. питание | Напиток | ТТК-258к | Напиток "Фруктово-ягодный" из урюка | 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 | 118,82 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 30.11.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | ТТК-84н | Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь) | 100 | | 251,52 | 12,74 | 17,15 | 11,56 |
| | Гарнир | ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 180 | | 314,78 | 20,35 | 5,98 | 44,89 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 80,48 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 30.11.2024

| 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 "Рябинушка" | 30 | 9,20 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 30.11.2024

| 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 |
| | Второе блюдо | ТТК-84н | Котлеты "Татарские" с овощами(мекс. смесь) | 100 | | 251,52 | 12,74 | 17,15 | 11,56 |
| | Гарнир | ТТК-446 | Пюре из бобовых "Янтарное" | 180 | | 314,78 | 20,35 | 5,98 | 44,89 |
| | Гор. напиток | ТТК-475 | Чай полусладкий | 200 | | 21,5 | 0,2 | 0,05 | 5,06 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинушка" | 30 | 80,48 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |