



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

Отд./корп

День 24.12.2024

| 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        |
|            | Гор.блюдо    | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 170      |       | 432,03       | 30,16 | 14,82 | 44,5     |
|            | 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 24.12.2024

| 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        |
|              | Гор.блюдо    | ТТК - 521н                    | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком                      | 170      |        | 432,03       | 30,16 | 14,82 | 44,5     |
|              | 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 24.12.2024

| 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        |
|              | Гор.блюдо    | ТТК - 521н                    | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком   | 200      |      | 528,18       | 31,66 | 17,37 | 61,3     |
|              | 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    |

|              |      |          |  |       |        |        |      |      |       |
|--------------|------|----------|--|-------|--------|--------|------|------|-------|
| Доп. питание |      | 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 "Рябинушка"   | 30    | 118,82 | 71,19  | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 24.12.2024

| 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        |
|            | Гор.блюдо    | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 200      |       | 528,18       | 31,66 | 17,37 | 61,3     |
|            | Гор. напиток | ТТК-253к   | Чай "Витаминный" полусладкий                  | 200      |       | 24,23        | 0,16  | 0,05  | 5,79     |
|            | 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 24.12.2024

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

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

Отд./корп

День 24.12.2024

| 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        |
|            | Гор.блюдо    | ТТК - 521н | Запеканка из творога "Ягодка" со сгущ.молоком | 200      |       | 528,18       | 31,66 | 17,37 | 61,3     |
|            | Гор. напиток | ТТК-253к   | Чай "Витаминный" полусладкий                  | 200      |       | 24,23        | 0,16  | 0,05  | 5,79     |
|            | Хлеб         |            | Хлеб "Рябинушка"                              | 30       | 80,48 | 71,19        | 2,28  | 0,27  | 14,91    |