



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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 150 | | 211,69 | 5,3 | 4,96 | 36,47 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 69,43 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 150 | | 211,69 | 5,3 | 4,96 | 36,47 |
| | 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- | Суп из овощей с цыпл, со сметаной | 280 | | 208,54 | 9 | 10,98 | 18,43 |
| | | 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 | 123,56 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 180 | | 254,02 | 6,36 | 5,95 | 43,76 |
| | 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 |
| | Первое блюдо | ТУ-10.85.19-033- | Суп из овощей с цыпл, со сметаной | 280 | | 208,54 | 9 | 10,98 | 18,43 |

| | | | | | | | | | |
|--------------|------|----------|---|-------|--------|--------|------|------|-------|
| Доп. питание | | ТТК-257н | Напиток "Плодово-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 | 130,18 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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 | тнк-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 180 | | 254,02 | 6,36 | 5,95 | 43,76 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 88,00 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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 | тнк-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 150 | | 211,69 | 5,3 | 4,96 | 36,47 |
| | 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- | Суп из овощей с цыпл, со сметаной | 280 | | 208,54 | 9 | 10,98 | 18,43 |
| | | ТТК-257н | Напиток "Плодово-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 | 123,56 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| Прием Пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|--------------|---------|----------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | Гарнир | 510/04 | Каша пшениная 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 | 9,60 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |

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

Отд./корп

День 11.02.2025

| 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 | тнк-992 | Мясо "Нежное" в соусе | 100 | | 198,76 | 16,13 | 13,28 | 3,68 |
| | Гарнир | ТТК - 181а | Макароны отварные | 180 | | 254,02 | 6,36 | 5,95 | 43,76 |
| | Гор. напиток | ТТК-253к | Чай "Витаминный" полусладкий | 200 | | 24,23 | 0,16 | 0,05 | 5,79 |
| | Хлеб | | Хлеб "Рябинushка" | 30 | 88,00 | 71,19 | 2,28 | 0,27 | 14,91 |