Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 09.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	TTK	Каша пшённая молочная с маслом сливочным.	230	85,00	331	9	12	47
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	TTK, 15	Хлеб пшеничный, Сыр порционно	60		188	8	5	27
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	251		144	4	4	23
	2 блюдо	TTK	Плов из птицыс огурцом консервированным	250		386	14	14	50
	гарнир								
	сладкое	TTK	Компот из кураги	200		105	1		25
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	415	Круассан с конфитюром	90	45,00	288	5	14	36
	напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром.	215		46			11

Власова Галина Петровна Подписан: Власова Галина Петровна DN: C=RU, O=MБОУ Школа №48 г. о. Самара, CN=Власова Галина Петровна, E=school_48@samara.edu.ru Основание: я подтверждаю этот документ Местоположение: место подписания

Дата: 2024.01.09 11:10:43+04'00' Foxit PDF Reader Версия: 11.0.0

 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 10.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Колбаски куриные со сметанно-томатным						
Завтрак	2 блюдо	TTK	соусом	100	85,00	158	8	9	11
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180		168	5	5	25
	гор.напиток	TTK	Какао напиток с молоком.	200		134	4	4	21
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью						
	1 блюдо	88	укропа	251		81	2	5	8
	2 блюдо	256	Мясо тушёное с соусом.	100		249	8	23	3
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	сладкое	TTK	Напиток клюквенный Школьный	200		62			15
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	219	Сырники из творога с повидлом.	100	45,00	256	14	11	25
	напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 11.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	TTK	Биточки "Школьные" с соусом томатным	100	85,00	150	8	9	10
			Вермишель отварная с маслом и икрой						
	гарнир	TTK	кабачковой.	170		213	6	6	34
	гор.напиток	TTK	Чай со смородиной	200		39			10
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом и зеленью.	251		131	6	4	18
	2 блюдо	229	Рыба тушёная в томате с овощами	100		133	12	8	3
	гарнир	304	Рис отварной с маслом	150		203	4	5	36
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	415	Крендель Сахарный.	100	45,00	292	7	2	61
	напиток	TTK	Компот из изюма	200		94			23



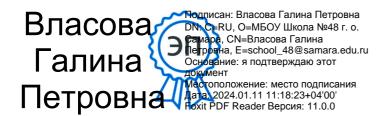
 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 12.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	243	Сосиска отварная с томатным соусом	105	85,00	163	6	13	5
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150		140	4	4	21
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	TTK,14	Хлеб пшеничный, Масло порционно	40		157	3	8	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем с укропом.	251		104	2	5	13
			Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным						
	2 блюдо	TTK	горошком.	250		390	9	29	24
	гарнир								
	сладкое	TTK	Напиток из плодов шиповника.	200		100	1		24
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	417	Гребешок "Школьный"	100	45,00	357	8	9	61
	напиток	TTK	Напиток из вишни	200		73			17



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 13.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	262	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	100	85,00	135	11	7	6
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	гор.напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром.	215		46			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный.	50		181	6	2	36
Завтрак 2									
'									
Обед	закуска				110,00				
СССД	Juny on a		Рассольник Ленинградский со сметаной и						
	1 блюдо	96	зеленью укропа	256		87	3	3	13
	2 блюдо	TTK	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	100		177	17	9	
	гарнир	199	Пюре гороховое.	150		236	16	4	33
	сладкое	TTK	Компот из изюма .	200		94			23
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	401	Оладьи со сгущенным молоком.	100	45,00	258	7	8	39
	напиток	TTK	Напиток из апельсинов.	200		67			17



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 15.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Каша Дружба вязкая молочная с маслом						
Завтрак	гор.блюдо	TTK	сливочным	205	85,00	196	5	6	30
	гор.напиток	TTK	Чай с молоком и сахаром	211		74	2	2	13
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
	закуска	TTK	Слойка с сыром и ветчиной	85		390	14	25	28
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Борщ с капустой и картофелем со сметаной и						
	1 блюдо	82	укропом.	256		100	2	5	11
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом	100		157	8	10	10
			Макаронные изделия отварные с маслом						
	гарнир	309	сливочным	180		225	6	5	39
	сладкое	TTK	Компот из кураги	200		105	1		25
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Десерт "Нежность"	90	45,00		4	14	
	напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 16.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов с мясом	230	85,00	421	10	22	47
	гор.напиток	TTK	Чай с лимоном, сахаром	220		46			11
	хлеб	TTK,14	Хлеб пшеничный, Масло порционно	50		187	4	8	24
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермишелью и укропом	251		122	3	2	23
	2 блюдо	234	Котлеты рыбные с соусом томатным.	100		133	8	7	9
			Картофельное пюре с маслом и огурцом						
	гарнир	TTK	консервированным	150		101	3	4	13
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	401	Оладьи со сгущенным молоком.	110	45,00	283	8	9	43
	напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11



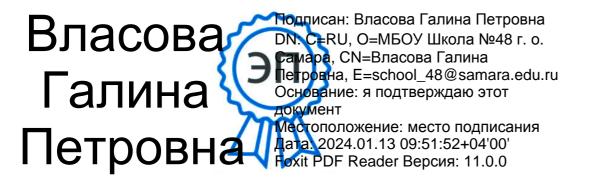
 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 17.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Омлет натуральный, Макаронные изделия						
Завтрак	гор.блюдо	215,204	отварные с сыром, маслом сливочным	261	85,00	387	17	16	42
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	116	Суп рисовый с томатом,чесноком и укропом	251		143	4	5	20
			Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным						
	2 блюдо	TTK	соусом .	100		163	9	11	7
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	150		140		4	21
	сладкое		Напиток из плодов шиповника	200		100	1		24
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Плюшка "Московская"	100	45,00	358	7	10	60
	напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром	215		46			11



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 18.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Запеканка из творога с рисом с соусом						
Завтрак	гор.блюдо	TTK	молочным сладким	200	85,00	380	22	17	35
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
	закуска	338	Яблоко свежее (нарезка)	60		27			6
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	99	Суп овощной со сметаной и зеленью укропа.	256		87	2	4	10
			Жаркое по-домашнему с мясом и огурцом						
	2 блюдо	TTK	консервированным	260		386	8	29	23
	гарнир								
	сладкое	TTK	Напиток из апельсинов.	200		67			17
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Витушка с изюмом.	100	45,00	318	8	8	55
	напиток	TTK	Компот из сухофруктов	200		72			18



Школа МБОУ Школа № 48 г.о. Самара Отд./корп День <u>19.01.2024</u>

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	TTK	Медальон мясной с соусом томатным	100	85,00	130	7	6	11
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	гор.напиток	TTK	Чай с лимоном, сахаром	215		46			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной						
	1 блюдо	88	и укропом	256		97	2	6	10
	2 блюдо	243	Сосиска отварная с томатным соусом	105		163	6	13	5
	гарнир	203	Вермишель отварная с маслом сливочным	150		188	5	4	33
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Ватрушка с творогом.	100	45,00	310	14	8	46
	напиток	TTK	Напиток из черной смородины.	200		68			17

 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 20.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	ттк	Колобки из цыплят "Школьные" с соусом томатно-сметанным	110	85,00	119	10	4	10
'					,				
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	150		140	4	4	21
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Суп картофельный с фрикадельками рыбными и						
	1 блюдо	106	укропом	265		117	4	3	18
	2 блюдо	TTK	Бифштекс "Пикантный" с соусом томатным	100		140	8	7	10
	гарнир	199	Пюре гороховое.	150		236	16	4	33
	сладкое	TTK	Напиток из апельсинов.	200		67			17
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное		Гребешок "Школьный"	100	45,00	357	8	9	61
	напиток	TTK	Напиток из вишни	200		73			17

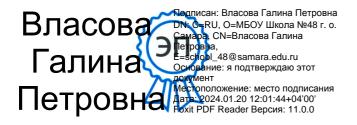


 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	TTK	Каша Янтарная с яблоками	230	85,00	307	8	12	42
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	TTK, 15	Хлеб пшеничный, Сыр порционно	60		188	8	5	27
Завтрак 2									
Власова	закуска				110,00				
Галина	1 блюдо	108	Суп картофельный с клёцками и зеленью укропа	251		144	4	4	23
Петровн									
В(ЭП){	2 блюдо	TTK	Плов из птицы с огурцом консервированным	250		386	14	14	50
	гарнир								
петровна DN: C=RU, O=MБОУ Школа №48 г. ø. Самара, CN=Власова Галина Петровна,	сладкое	TTK	Компот из кураги	200		105	1		25
CN=Власова Галина Петровна, E=school 48@samara.edu.ru	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
E=school_48@samara.edu.ru Основание: я подтверждаю этот документ Местоположение: место	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
подписания Дата: 2024.01.20 12:00: 33+04'00'									
Foxit PDF Reader Версия: 11.0.0									
Полдник	булочное	415	Круассан с конфитюром	90	45,00	288	5	14	36
	напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром.	215		46			11

 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Колбаски куриные со сметанно-томатным						
Завтрак	2 блюдо	TTK	соусом	100	85,00	158	8	9	11
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180		168	5	5	25
	гор.напиток	TTK	Какао напиток с молоком.	200		134	4	4	21
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Щи из свежей капусты с картофелем и зеленью						
	1 блюдо	88	укропа	251		91	2	5	10
	2 блюдо	256	Мясо тушёное с соусом.	100		249	8	23	3
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	сладкое	TTK	Напиток клюквенный Школьный	200		62			15
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	219	Сырники из творога с повидлом.	100	45,00	256	14	11	25
	напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 24.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	TTK	Биточки "Школьные" с соусом томатным	100	85,00	150	8	9	10
			Вермишель отварная с маслом и икрой						
	гарнир	TTK	кабачковой.	170		213	6	6	34
	гор.напиток	TTK	Чай со смородиной	200		39			10
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	102	Суп картофельный с горохом и зеленью.	251		131	6	4	18
	2 блюдо	229	Рыба тушёная в томате с овощами	100		133	12	8	3
	гарнир	304	Рис отварной с маслом	150		203	4	5	36
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное		Крендель Сахарный.	100	45,00	292	7	2	61
	напиток	348	Компот из изюма	200		94			23



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 25.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	243	Сосиска отварная с томатным соусом	105	85,00	163	6	13	5
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150		140	4	4	21
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	TTK,14	Хлеб пшеничный, Масло порционно	40		157	3	8	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем с укропом.	251		104	2	5	13
			Жаркое по-домашнему с мясом и зелёным						
	2 блюдо	TTK	горошком.	250		390	9	29	24
	гарнир								
	сладкое	TTK	Напиток из плодов шиповника.	200		100	1		24
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	417	Гребешок "Школьный"	100	45,00	357	8	9	61
	напиток	TTK	Напиток из вишни	200		73			17



 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 26.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	262	Сердце тушеное в соусе сметанном с томатом	100	85,00	135	11	7	6
	гарнир	312	Картофельное пюре с маслом	150		133	3	5	20
	гор.напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром.	215		46			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный.	50		181	6	2	36
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Рассольник Ленинградский со сметаной и						
	1 блюдо	96	зеленью укропа	256		87	3	3	13
	2 блюдо	TTK	"Гнездышки" куриные с соусом томатным	100		177	17	9	7
	гарнир	199	Пюре гороховое.	150		236	16	4	33
	сладкое	TTK	Компот из изюма .	200		94			23
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	50		151	5	1	30
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	401	Оладьи со сгущенным молоком.	100	45,00	258	7	8	39
	напиток	TTK	Напиток из апельсинов.	200		67			17



Школа МБОУ Школа № 48 г.о. Самара Отд./корп День **27.01.202**4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	TTK	Котлеты "Деликатесные" с соусом томатным	100	85,00	200	7	15	10
	гарнир	304	Рис отварной с маслом	150	,	203	4	5	36
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром	211		45			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный.	40		121	4		24
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	101	Суп картофельный с пшеном с рыбой и укропом	261		131	5	4	20
	2 блюдо	243	Сосиска отварная с томатным соусом	105		163	6	13	5
	гарнир	321	Капуста тушеная белокочанная	150		114	3	5	14
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное				45,00				
	напиток				,				



Школа № 48 г.о. Самара Отд./корп День **29.01.2024**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Каша Дружба вязкая молочная с маслом						
Завтрак	гор.блюдо	TTK	сливочным	205	85,00	196	5	6	30
	гор.напиток	TTK	Чай с молоком и сахаром	211		74	2	2	13
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	20		60	2	1	12
	закуска	TTK, 15	Маффины, Сыр порционно	65		302	6	16	35
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
			Борщ с капустой и картофелем со сметаной и						
	1 блюдо	82	укропом.	256		100	2	5	11
	2 блюдо	295	Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом	100		157	8	10	10
			Макаронные изделия отварные с маслом						
	гарнир	309	сливочным	180		225	6	5	39
	сладкое	TTK	апиток клюквенный Школьный	200		62			15
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Десерт "Нежность"	90	45,00	401	4	14	66
	напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11

 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	291	Плов с мясом	230	85,00	421	10	22	47
	гор.напиток	TTK	Чай с лимоном, сахаром	220		46			11
	хлеб	TTK,14	Хлеб пшеничный, Масло порционно	50		187	4	8	24
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермишелью и укропом	251		122	3	2	23
	2 блюдо	234	Котлеты рыбные с соусом томатным.	100		133	8	7	9
	гарнир	TTK	Картофельное пюре с маслом и огурцом консервированным	150		101	3	4	13
	сладкое	TTK	Компот из сухофруктов.	200		72			18
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181	6	2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	401	Оладьи со сгущенным молоком.	110	45,00	283	8	9	43
	напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11

 Школа
 МБОУ Школа № 48 г.о. Самара
 Отд./корп
 День
 31.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Омлет натуральный, Макаронные изделия						
Завтрак	гор.блюдо	215,204	отварные с сыром, маслом сливочным	261	85,00	387	17	16	42
	гор.напиток	TTK	Чай с сахаром.	211		45			11
	хлеб	TTK	Хлеб пшеничный	30		91	3	1	18
Завтрак 2									
Обед	закуска				110,00				
	1 блюдо	116	Суп рисовый с томатом,чесноком и укропом	251		143	4	5	20
			Котлеты по-хлыновски со сметанно-томатным				_		_
	2 блюдо	TTK	соусом .	100		163	9	11	7
	гарнир	314	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным.	150		140	4	4	21
	сладкое	388	Напиток из плодов шиповника	200		100			24
	хлеб бел.	TTK	Хлеб пшеничный	60		181		2	36
	хлеб черн.	TTK	Хлеб ржаной	30		67	2		14
Полдник	булочное	TTK	Плюшка "Московская"	100	45,00	358	7	10	60
	напиток	TTK	Чай с лимоном и сахаром	215	_	46	_	_	11