



Директор ГБОУ «Кадетская школа №82 им. И.Маннанова»

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

Школа ГБОУ "Кадетская школа №82 им. И.Маннанова"

День 12.09.2022

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                          | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска | 36/04  | Салат из свежих помидоров      | 75        | 9,42  | 137          | 1,4   | 9,35  | 6,9      |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м и зел. гор. | 60/5/25   | 28,2  | 164          | 9,6   | 10,7  | 4,86     |
|            | гарнир  | 693/04 | Каша гречневая                 | 150       | 8,1   | 156          | 5,2   | 6,9   | 24,1     |
|            | напиток | 685/04 | Чай с сахаром и вафлей         | 200/30    | 8,3   | 197          | 2,3   | 4,15  | 39,4     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,53  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                |           | 55,55 | 725          | 20,78 | 31,34 | 90,02    |

Школа ГБОУ "Кадетская школа №82 им. И.Маннанова"

День 12.09.2022

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                     | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------|-----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед       | закуска | 36/04  | Салат из свежих помидоров | 50        | 6,28 | 121          | 1,1   | 8,7   | 6,1      |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м        | 60/5      | 25,7 | 148          | 9,3   | 10,2  | 4,75     |
|            | гарнир  | 693/04 | Каша гречневая            | 180       | 9,72 | 167          | 5,4   | 7,3   | 24,6     |
|            | напиток | 684/04 | Какао с молоком и вафлей  | 200/30    | 16,8 | 243          | 2,5   | 5,1   | 43,5     |
|            | хлеб    |        | Бутерброд с маслом        | 18/31,3   | 12,9 | 147          | 3,1   | 3,2   | 21,3     |
|            | хлеб    |        | Хлеб ржаной               | 1/31,3    | 1,5  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                           |           | 72,9 | 889          | 23,51 | 34,68 | 112,35   |

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                     | Выход, г. | Цена  | Калорийнос | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------|-----------|-------|------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гарнир  | 302/04 | Каша молочная манная с/м  | 200/10    | 16,5  | 340        | 5     | 16,8  | 39,8     |
|            | напиток | 685/04 | Чай с/с                   | 200       | 1,62  | 58         | 0,2   | 0     | 15       |
|            | хлеб    |        | Бутерброд с маслом        | 10/31,3   | 6,53  | 147        | 3,1   | 3,2   | 21,3     |
| Обед       | закуска | 36/04  | Салат из свежих помидоров | 50        | 6,28  | 121        | 1,1   | 8,7   | 6,1      |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м        | 60/5      | 25,7  | 148        | 9,3   | 10,2  | 4,75     |
|            | гарнир  | 693/04 | Каша гречневая            | 180       | 9,72  | 167        | 5,4   | 7,3   | 24,6     |
|            | напиток | 684/04 | Какао с молоком и вафлей  | 200/30    | 16,8  | 243        | 2,5   | 5,1   | 43,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный            | 1/31,3    | 1,53  | 71         | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб ржаной               | 1/31,3    | 1,5   | 63         | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                           |           | 86,18 | 1358       | 30,99 | 51,72 | 181,91   |