



«УТВЕРЖДАЮ»

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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 21.09.2022

| 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 | 1,43 | 6,9 |
| | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м и свежим огурцом | 60/5/30 | 28,16 | 164 | 8,1 | 10,7 | 4,86 |
| | гарнир | 514/04 | Пюре гороховое | 150 | 7,21 | 120 | 3,8 | 6 | 19,6 |
| | напиток | 638/04 | Компот из кураги | 200 | 9,23 | 132 | 3,4 | 0 | 31,06 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,53 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | 55,55 | 624 | 18,98 | 18,37 | 77,18 |

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

День 21.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед | закуска | | Сыр порц. | 10 | 6,62 | 149 | 3,2 | 2,2 | 28,9 |
| | закуска | 36/04 | Салат из свежих помидоров | 50 | 6,28 | 91 | 0,9 | 0,9 | 4,6 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. и цыпл. | 250/10/25 | 13,41 | 187 | 4,5 | 6,7 | 15,6 |
| | 2 блюдо | 450/05 | Зразы школьные с/м | 60/5 | 25,73 | 158 | 7,8 | 9,9 | 4,5 |
| | гарнир | 514/04 | Пюре гороховое | 180 | 8,6 | 144 | 4,56 | 7,2 | 23,5 |
| | напиток | 638/04 | Компот из кураги | 200 | 9,23 | 132 | 3,4 | 0 | 31,06 |
| | 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 |
| | | | | | 72,9 | 995 | 28,75 | 27,32 | 135,02 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | хлеб | | Бутерброд с повидлом | 20/31,3 | 4,11 | 89 | 1,8 | 2,1 | 11,3 |
| | гарнир | 181/04 | Суп молочный с макар. изд. | 250 | 10,58 | 174 | 4 | 6,8 | 24,5 |
| | напиток | 685/04 | Какао с молоком | 200 | 10,13 | 126 | 3,1 | 4,6 | 18,9 |
| Обед | закуска | 36/04 | Салат из свежих помидоров | 50 | 6,28 | 91 | 0,9 | 0,9 | 4,6 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. и цыпл. | 250/10/25 | 13,41 | 187 | 4,5 | 6,7 | 15,6 |
| | 2 блюдо | 450/05 | Зразы школьные с/м | 60/5 | 25,73 | 158 | 7,8 | 9,9 | 4,5 |
| | гарнир | 514/04 | Пюре гороховое | 180 | 8,6 | 144 | 4,56 | 7,2 | 23,5 |
| | напиток | 638/04 | Компот из кураги | 200 | 9,23 | 132 | 3,4 | 0 | 31,06 |
| | 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 |
| | | | | | | 91,1 | 1235 | 34,45 | 38,62 |