



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

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

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

День 11.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м и помид.	50/40	30,57	171	10,3	9,4	15,79
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	8,1	156	3,1	3,4	22,4
	напиток	692/04	Кофейный напиток с молоком и вафлей	200/30	15,35	146	3,1	4,6	17,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	544	18,78	17,64	70,25

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

День 11.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	100	6,72	42	0,45	0	7,5
	закуска		Сыр порц.	18	11,92	167	3,4	2,3	29,9
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	6,06	187	4,5	6,7	15,6
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл.	50	27,9	171	10,3	12,8	5,79
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	692/04	Кофейный напиток с молоком	200	7,55	146	3,1	4,6	17,3
	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	1032	31,44	34,12	129,45

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	516/04	Макароны отварные с/м	180/5	10,41	213	5,36	4,27	38,43
	напиток	685/04	Чай с сахаром и вафлей	200/30	8,3	197	2,3	2,8	19,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	6,72	42	0,45	0	7,5
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	6,06	187	4,5	6,7	15,6
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл.	50	27,9	171	10,3	12,8	5,79
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	692/04	Кофейный напиток с молоком	200	7,55	146	3,1	4,6	17,3
	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
					81,22	1346	37,98	39,13	172,04