



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

Э.Г. Шарипова

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

День 14.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	5,1	47	0,4	0	7,3
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	75	33,58	171	10,3	9,4	15,79
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	150	4,78	116	1,8	2,6	16,1
	напиток	685/04	Чай с сахаром, лимоном и конфетой	200/7/35	10,56	167	2,3	4,15	27,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	572	17,08	16,39	81,15

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

День 14.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	хлеб		Бутерброд с маслом	18/31,3	12,42	146	3,4	3,6	19,7
	1 блюдо	181/03	Суп картофельный с макар. изд.	250	7,22	156	7,1	4,9	14,9
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	75	33,58	171	10,3	9,4	15,79
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	685/04	Чай с сахаром, лимоном и конфетой	200/7/35	10,56	167	2,3	4,15	27,2
	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	909	30,09	25,67	123,65

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с маслом	10/31,3	8,19	123	2,9	3,1	16,9
	гарнир	257/04	Омлет с рисом и с/м	150/5	21,83	166	4,8	3,1	28,2
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	16
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих помидоров	50	6,28	129	1,2	1,24	5,8
	1 блюдо	181/03	Суп картофельный с макар. изд.	250	7,22	156	7,1	4,9	14,9
	2 блюдо	450/05	Зразы школьные с/м	60/5	29,97	158	7,8	9,9	4,5
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	685/04	Чай с сахаром, лимоном и вафлей	200/7/40	11,76	167	2,3	4,15	27,2
	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
					97,22	1229	33,29	30,01	159,56