



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

Э.Г. Шарипова

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

День 20.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	6,41	89	1,8	2,1	11,3
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	60	6,33	20	0,34	1,9	1,08
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м и отв. свеклой	60/5/30	30,33	164	9,1	10,7	4,86
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	8,1	156	3,1	3,4	22,4
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	18
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	561	16,82	18,34	72,4

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

День 20.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	70	4,7	29	0,31	0	5,3
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	6,54	143	5,3	4,1	14,7
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,97	146	8,6	9,8	4,1
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,13	126	3,1	3,3	13,4
	хлеб		Бутерброд с сыром	15/31,3	10,34	154	3,1	2,1	27,5
	хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
					72,9	846	27,82	26,78	103,6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	6,41	89	1,8	2,1	11,3
	гарнир	510/04	Каша пшеничная с/м	200/10	16,36	234	4,3	6,2	19,7
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	16
Обед	фрукты		Яблоко	70	4,7	29	0,31	0	5,3
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	6,54	143	5,3	4,1	14,7
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,97	146	8,6	9,8	4,1
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,13	126	3,1	3,3	13,4
	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
					89,71	1147	33,3	33,22	137,86