



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

Э.Г.Шарипова

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

День 07.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	40/50	49,4	276	8,3	11,4	3,2
	гарнир	304/04	Каша перловая	100	3,03	143	4,9	4,3	36,5
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	61	0,2	0	16
	хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
					55,55	543	15,51	15,88	67,8

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

День 07.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	82	5,89	33	0,39	0	5,7
	1 блюдо	139/04	Суп картофельный с горохом	250	3,71	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	51,95	276	8,3	4,1	3,2
	гарнир	304/04	Каша перловая	180	5,47	256	5,9	5,2	44,3
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	16
	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	918	25,18	14,22	111,56

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с маслом	10/31,3	6,53	89	1,8	1,9	9,6
	гарнир	302/04	Каша молочная геркулесовая с/м	200/10	16,5	182	5	5,6	28
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	61	0,2	0	16
Обед	фрукты		Яблоко	80	5,38	33	0,39	0	5,7
	1 блюдо	139/04	Суп картофельный с горохом	250	3,71	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	51,95	276	8,3	4,1	3,2
	гарнир	304/04	Каша перловая	180	5,47	256	5,9	5,2	44,3
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	16
	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
					97,04	1250	32,18	21,72	165,16