



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 |