



«УТВЕРЖДАЮ»

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

Советского Союза
Ильдара Маннанова
Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 11.11.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | | Апельсин | 100 | 8,05 | 121 | 1,35 | 0 | 7,7 |
| | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. с/м и консер.огурцом | 50/5/35 | 26,25 | 171 | 9,3 | 11,8 | 12,3 |
| | гарнир | 332/04 | Макароны отварные | 150 | 6,64 | 218 | 3,9 | 3,5 | 35,1 |
| | напиток | 685/04 | Чай с сахаром и кексом | 200/40 | 13,08 | 167 | 2,3 | 3,1 | 13,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,53 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | 55,55 | 748 | 19,13 | 18,64 | 83,36 |

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

День 11.11.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед | закуска | | Огурец консер. | 35 | 3,54 | 42 | 0,7 | 1,3 | 2,8 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. и цыпл. | 250/10/25 | 13,41 | 187 | 4,5 | 6,7 | 15,6 |
| | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. | 75 | 37,58 | 256 | 15,45 | 19,2 | 8,68 |
| | гарнир | 516/04 | Макароны отвар. | 180 | 7,79 | 236 | 5,3 | 4,7 | 38,4 |
| | 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 | 1001 | 33,44 | 36,92 | 109,64 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гарнир | 516/04 | Каша молочная ячневая с/м | 200/10 | 16,24 | 236 | 5,2 | 4,3 | 38,6 |
| | 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 | закуска | | Огурец консер. | 20 | 2,06 | 35 | 0,6 | 1,1 | 2,3 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. и цыпл. | 250/10/25 | 13,41 | 187 | 4,5 | 6,7 | 15,6 |
| | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. | 50 | 24,75 | 171 | 9,3 | 11,8 | 12,3 |
| | гарнир | 516/04 | Макароны отвар. | 180 | 7,79 | 236 | 5,3 | 4,7 | 38,4 |
| | 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 |
| | | | | | 84,66 | 1413 | 36,97 | 36,66 | 185,42 |