



«УТВЕРЖДАЮ»

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

Ильдар Маннанов
Э.Г.Шарипова

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

День 18.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Банан	100	9,16	117	3,8	0	17
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные с/м и зел. гор.	75/5/10	29,53	140	9,6	9,8	12,4
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	150	4,93	116	1,8	2,6	16,1
	напиток	678/04	Напиток из сухофруктов с вафлей	200/40	10,4	156	1	3,3	23,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
						55,55	600	18,48	15,94

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

День 18.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	6,05	20	0,34	1,9	1,08
	закуска		Сыр порц.	30	18,17	173	3,5	2,4	31,1
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	10,36	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные Горбуша с/м	50/5	25,37	133	9,3	9,1	11,4
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,83	115	1,4	1,1	23
	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	846	24,61	21,56	135,91

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	302/04	Каша молочная манная с/м	200/10	16,53	340	5	16,8	39,8
	напиток	685/04	Чай с сахаром и печеньем	200/30	6,02	167	2,3	4,15	39,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	6,05	20	0,34	1,9	1,08
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	10,36	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные Горбуша с/м	50/5	25,37	133	9,3	9,1	11,4
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,83	115	1,4	1,1	23
	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
					78,81	1251	30,69	40,35	198,77