



«УТВЕРЖДАЮ»

Кадетская школа
№82
Советского Союза
Ильдара Маннанова

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

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

День 06.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	4,6	59	0,6	0	8,4
	2 блюдо	451/04	Биточки рубл. с/с и конс. огурцом	50/5/35	31,66	154	7,6	11,5	18,8
	гарнир	510/04	Каша пшенная	150	4,97	116	2,8	2,6	16,1
	напиток	638/04	Напиток из шиповника с вафлей	200/30	12,79	157	3,1	3,1	9,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	557	16,38	17,44	67,36

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

День 06.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Банан	45	4,44	57	1,9	0	8,5
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	6,14	147	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	508/04	Сосиски отвар. с/м	100/5	27,8	265	8,9	15,1	7,9
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	7,72	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	638/04	Напиток из шиповника с вафлей	200/30	12,79	157	3,1	3,1	9,3
	хлеб		Бутерброд с сыром	15/31,3	12,51	137	2,9	1,9	23,4
	хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
					72,9	961	26,21	33,28	95,5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с сыром	15/31,3	12,51	137	2,9	1,9	23,4
	гарнир	302/04	Каша молочная геркулесовая с/м	200/10	16,95	182	5	5,6	28
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	61	0,2	0	16
Обед	фрукты		Банан	50	5,01	57	1,9	0	8,5
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	6,14	147	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	508/04	Сосиски отвар. с/м	75/5	20,85	223	7,8	13,4	6,5
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	7,72	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	638/04	Напиток из шиповника с вафлей	200/30	12,79	157	3,1	3,1	9,3
	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
					86,62	1233	32,59	37,42	152,86