



«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 10.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Банан	100	6,72	117	3,8	0	17
	2 блюдо	451/04	Биточки Рябушка с/м и зел.гор.	50/5/35	35,88	154	7,6	11,5	5,79
	гарнир	332/04	Макароны отварные	150	6,91	218	3,9	4,1	22
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	4,51	115	1,4	1,1	23
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	1,6	0,24	14,76
					55,55	675	18,3	16,94	82,55

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

День 10.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	70	6,37	39	0,52	2,3	2,4
	2 блюдо	436/04	Жаркое по-домашнему с зел.гор.	50/150/10	54,62	187	8,3	6,3	5,3
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,41	113	2,9	2,8	11,9
	хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
					72,9	402	13,83	11,58	31,7

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

День 10.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	75	6,77	42	0,58	2,6	2,7

2 блюдо	436/04	Жаркое по-домашнему с зел.гор.	50/150/10	54,62	187	8,3	6,3	5,3
напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,41	113	2,9	2,8	11,9
хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
				73,3	405	13,89	11,88	32