



«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 20.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	100	7,98	44	0,78	2,9	4,8
	2 блюдо	436/04	Картофельная запеканка с мясом с/м	150/5	35,28	287	12,1	13,4	25,4
	напиток	638/04	Компот из чернослива с печеньем	200/20	10,76	156	2,2	2,6	23,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	558	17,36	19,14	68,36

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

День 20.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" с цыпл.	250/25	12,63	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	403/03	Плов из говядины с маринованным луком	50/150/10	54,37	359	11,4	16,2	28,4
	напиток	648/04	Кисель	200	2,87	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	690	19,07	20,06	94,53

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром с/м	145/5	17,82	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	685/04	Чай с/с, печеньем и маслом	200/25/10	10,46	138	2,3	4,15	29,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
Обед	закуска	413/04	Морковь тертая с/с и изюмом	50	7,3	6	0,4	0	1,1
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" с цыпл.	250/25	12,63	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	403/03	Плов из говядины	50/150	54,22	359	11,4	16,2	28,4
	напиток	648/04	Кисель	200	2,87	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
					109,86	1044	28,35	29,35	161,79