



«УТВЕРЖДАЮ»

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

Э.Г.Шарипова

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

День 10.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска		Салат Слезинка	60	5,65	27	0,9	1,8	3,3
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м и зел.гор.	60/5/25	31,16	164	9,1	9,8	14,86
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	4,86	156	2,8	3,4	17,4
	напиток	638/04	Напиток из шиповника	200	6,1	136	1,1	0	7,3
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	14,84	167	2,9	2,1	23,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,58	71	2,28	0,24	14,76
					64,19	721	19,08	17,34	81,12

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

День 10.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Салат Слезинка	35	3,56	16	0,5	1,1	1,7
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	13,89	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,97	146	8,6	9,8	4,1
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	638/04	Напиток из шиповника	200	6,1	136	1,1	0	7,3
	хлеб		Бутерброд с сыром	17/31,3	12,52	154	3,1	2,1	27,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,58	71	2,28	0,24	14,76
					77,34	855	26,58	24,64	96,76

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	14,84	167	2,9	2,1	23,5
	гарнир	302/04	Каша молочная манная с/м	200/10	16,04	340	5	16,8	39,8
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	58	0,2	0	15
Обед	закуска		Салат Слезинка	35	3,56	16	0,5	1,1	1,7
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	13,89	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,97	146	8,6	9,8	4,1
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	638/04	Напиток из шиповника	200	6,1	136	1,1	0	7,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,58	71	2,28	0,24	14,76
					97,32	1266	31,58	41,44	147,56