



«УТВЕРЖДАЮ»

Кадетская школа  
№82

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

Советского района  
Ильдар Маннанов

*Ильдар Маннанов*  
Э.Г.Шарипова

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

День 04.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	7,93	61	0,5	0	7,1
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	70	8,94	65	1,1	1,3	7,1
	2 блюдо	508/04	Сосиски отвар. с/м	100/5	26,09	169	5,1	6,9	7,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	6,38	156	2,8	3,4	19,4
	напиток	685/04	Чай с сахаром, лимоном и конфетой	200/7/35	13,63	179	3,8	4,1	14,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
					64,19	701	15,58	15,94	70,06

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

День 04.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	68	8,36	61	1,1	1,2	7,1
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	53,9	276	9,7	12,6	14,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	7,67	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и печеньем	200/7/25	6,19	167	2,3	2,8	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
					77,34	760	20,68	24,14	74,06

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	35	4,82	37	0,6	0,7	3,6
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	53,9	276	9,7	12,6	14,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	7,67	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и печеньем	200/7/25	6,19	167	2,3	2,8	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
					73,8	736	20,18	23,64	70,56