



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

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

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

День 16.03.2023

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                              | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Апельсин                           | 100       | 9,48  | 123          | 1,1   | 0     | 7,3      |
|            | закуска | 36/05  | Салат из кв. капусты               | 75        | 7,58  | 65           | 1,1   | 1,3   | 7,8      |
|            | 2 блюдо | 436/04 | Картофельная запеканка с мясом с/м | 150/5     | 42,08 | 287          | 12,1  | 13,4  | 25,4     |
|            | напиток | 638/04 | Компот из свежих фруктов           | 200       | 3,83  | 115          | 1,4   | 1,1   | 12,1     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                     | 1/31,3    | 1,22  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                    |           | 64,19 | 661          | 17,98 | 16,04 | 67,36    |

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

День 16.03.2023

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                              | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Яблоко                             | 60        | 6,49  | 39           | 0,4   | 0     | 4,7      |
|            | закуска | 36/06  | Салат из кв. капусты               | 50        | 5,96  | 43           | 0,7   | 0,9   | 5,2      |
|            | 1 блюдо | 131/04 | Суп картоф. с рыбными консервами   | 250/25    | 16,74 | 148          | 7,3   | 3,4   | 13,7     |
|            | 2 блюдо | 436/04 | Картофельная запеканка с мясом с/м | 150/5     | 42,08 | 287          | 12,1  | 13,4  | 25,4     |
|            | напиток | 638/04 | Компот из свежих фруктов           | 200       | 3,83  | 115          | 1,4   | 1,1   | 12,1     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                     | 1/31,3    | 1,22  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб дарницкий                     | 1/31,3    | 1,02  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                                    |           | 77,34 | 766          | 26,29 | 19,22 | 87,96    |

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                              | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | хлеб    |        | Бутерброд с маслом                 | 10/31,3   | 8,03  | 89           | 1,8   | 1,9   | 9,6      |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша молочная пшеничная с/м        | 200/10    | 16,93 | 234          | 4,3   | 6,2   | 19,7     |
|            | напиток | 685/05 | Чай с/с и лимоном                  | 200/8     | 3,02  | 167          | 2,3   | 2,8   | 14,5     |
| Обед       | закуска | 36/05  | Салат из кв. капусты               | 50        | 5,96  | 42           | 0,58  | 1,2   | 4,7      |
|            | 1 блюдо | 131/04 | Суп картоф. с рыбными консервами   | 250/25    | 16,74 | 148          | 7,3   | 3,4   | 13,7     |
|            | 2 блюдо | 436/04 | Картофельная запеканка с мясом с/м | 150/5     | 42,08 | 287          | 12,1  | 13,4  | 25,4     |
|            | напиток | 638/04 | Компот из свежих фруктов           | 200       | 3,83  | 115          | 1,4   | 1,1   | 12,1     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                     | 1/31,3    | 1,22  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб дарницкий                     | 1/31,3    | 1,02  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                                    |           | 98,83 | 1216         | 34,17 | 30,42 | 126,56   |