



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 21.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	6,48	61	0,5	0	7,1
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	26,15	233	8,1	9,4	9,8
	гарнир	332/04	Макароны отварные	150	6,38	218	3,9	4,1	22
	напиток	638/04	Компот из чернослива с печеньем	200/25	11,79	157	1,6	1,3	11,3
	хлеб		Бутерброд с сыром	15/31,3	12,17	167	2,1	2,2	17,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
					64,19	907	18,48	17,24	82,46

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

День 21.03.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	5,96	33	0,58	1,3	4,1
	1 блюдо	135/04	Суп из овощей со смет.	250/10	6,44	143	1,8	3,8	11,9
	2 блюдо	403/04	Плов из говядины	50/150	55,42	359	11,4	16,2	28,4
	напиток	638/04	Компот из чернослива	200	8,3	124	1,3	1,2	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
					77,34	730	17,36	22,74	73,16

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с сыром	10/31,3	8,26	127	2,9	1,8	21,5
	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	3,27	167	2,3	2,8	14,5
Обед	фрукты	36/05	Салат из кв. капусты	50	5,96	33	0,58	1,3	4,1
	1 блюдо	135/04	Суп из овощей со смет.	250/10	6,44	143	1,8	3,8	11,9
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	26,15	233	8,1	9,4	9,8
	гарнир	332/04	Макароны отвар.	180	7,66	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	638/04	Компот из чернослива	200	8,3	124	1,3	1,2	14
	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
					85,21	1431	30,97	31,62	160,76