



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

Э.Г. Шарипова

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

День 16.11.2023

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                             | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|-----------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Банан                             | 100       | 8,2   | 102          | 2,3   | 0     | 14,1     |
|            | закуска | 45/04  | Салат из свежей капусты с яйцом   | 50/22     | 8,91  | 76           | 1,3   | 1,7   | 5,3      |
|            | 2 блюдо | 374/05 | Толченики рыбные с/м и зел. гор.  | 75/5/10   | 22,78 | 140          | 8,2   | 9,8   | 11,4     |
|            | гарнир  | 520/04 | Картофельное пюре                 | 150       | 8,38  | 161          | 3,2   | 4,3   | 17,9     |
|            | напиток | 638/04 | Компот из свежих яблок с печеньем | 200/40    | 14,07 | 156          | 1,9   | 2,6   | 13,3     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                    | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                   |           | 64,19 | 706          | 19,18 | 18,64 | 76,76    |

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

День 16.11.2023

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                           | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | хлеб    |        | Бутерброд с повидлом            | 10/31,3   | 3,24  | 89           | 2,6   | 0,24  | 15,74    |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша молочная пшеничная с/м     | 200/10    | 14,73 | 234          | 4,3   | 6,2   | 19,7     |
|            | напиток | 692/04 | Кофейный нап. с мол.            | 200       | 7,32  | 113          | 2,1   | 1,8   | 12,9     |
| Обед       | закуска | 46/04  | Салат из соленых огурцов        | 75        | 8,25  | 57           | 0,5   | 1,21  | 1,3      |
|            | 1 блюдо | 124/04 | Щи из св. кап. со смет. и цыпл. | 250/10/25 | 15,14 | 147          | 5,7   | 4,1   | 14,9     |
|            | 2 блюдо | 374/05 | Толченики рыбные с/м            | 75/5      | 21,84 | 133          | 7,9   | 9,3   | 10,8     |
|            | гарнир  | 520/04 | Картофельное пюре               | 180       | 10,15 | 177          | 4,2   | 6,8   | 24,6     |
|            | напиток | 638/04 | Компот из свежих яблок          | 200       | 6,02  | 117          | 1,1   | 1,3   | 8,3      |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                  | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшенично-ржаной            | 1/31,3    | 1,85  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                                 |           | 90,39 | 1201         | 32,79 | 31,37 | 135,1    |