



«УТВЕРЖДАЮ»

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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	31/03	Салат из свеклы	60	3,21	87	1,9	0,9	2,6
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с марин. луком	50/45	26,61	171	7,9	10,1	17,7
	гарнир	304/04	Каша перловая	150	4,3	173	3,9	5,2	23,4
	напиток		Йогурт фруктовый	180	30,79	113	2,1	1,8	12,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	615	18,08	18,24	71,36

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

День 30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250/25	11,08	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с марин. луком	50/40	26,18	171	7,9	10,1	17,7
	гарнир	304/04	Каша перловая	150	4,3	173	3,9	5,2	23,4
	напиток		Йогурт фруктовый	180	30,79	113	2,1	1,8	12,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
					74,2	664	19,26	20,78	92,03

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	14,66	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	685/04	Чай с/с и печеньем	200/35	8,24	159	2,3	2,4	19,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
Обед	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250/25	11,08	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	27,93	163	7,6	10,1	17,1
	гарнир	304/04	Каша перловая	180	5,87	203	4,3	5,8	34,1
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,18	113	2,1	1,8	12,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
					81,66	1152	29,14	28,32	174,99