



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

Э.Г.Шарипова

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

День 01.02.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                          | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Яблоко                         | 100       | 7,1   | 73           | 0,5   | 0     | 5,3      |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м и кукурузой | 60/5/25   | 39,58 | 164          | 8,4   | 10,4  | 16,86    |
|            | гарнир  | 514/04 | Пюре гороховое                 | 150       | 6,43  | 120          | 3,8   | 6     | 18,6     |
|            | напиток |        | Сок                            | 200       | 11,8  | 124          | 0,8   | 0     | 12,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                |           | 66,76 | 552          | 15,78 | 16,64 | 68,02    |

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

День 01.02.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                          | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Яблоко                         | 100       | 7,1   | 73           | 0,5   | 0     | 5,3      |
|            | 1 блюдо | 124/04 | Щи из св. кап. со смет. на к/б | 250/10    | 7,44  | 147          | 5,7   | 4,1   | 14,9     |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м и кукурузой | 60/5/25   | 39,58 | 164          | 8,4   | 10,4  | 16,86    |
|            | гарнир  | 514/04 | Пюре гороховое                 | 150       | 6,43  | 120          | 3,8   | 6     | 18,6     |
|            | напиток |        | Сок                            | 200       | 11,8  | 124          | 0,8   | 0     | 12,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                |           | 74,2  | 699          | 21,48 | 20,74 | 82,92    |

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                          | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | закуска | 413/04 | Морковь тертая с/с             | 45/5      | 3,06  | 23           | 0,9   | 0     | 2,2      |
|            | гарнир  | 302/04 | Каша молочная геркулесовая с/м | 200/10    | 15,67 | 182          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток | 685/04 | Чай с/с                        | 200       | 1,82  | 115          | 1,1   | 1,4   | 7,6      |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
| Обед       | закуска | 46/04  | Салат из соленых огурцов       | 50        | 5,49  | 49           | 0,4   | 1,1   | 1,5      |
|            | 1 блюдо | 124/04 | Щи из св. кап. со смет. на к/б | 250/10    | 7,44  | 147          | 5,7   | 4,1   | 14,9     |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м             | 60/5      | 38,86 | 157          | 8,1   | 9,9   | 16,16    |
|            | гарнир  | 514/04 | Пюре гороховое                 | 180       | 6,79  | 144          | 4,56  | 7,2   | 23,5     |
|            | напиток | 648/25 | Кисель с пряником              | 200/45    | 11,51 | 156          | 3,2   | 1,9   | 14,7     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,85  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшенично-ржаной           | 1/31,3    | 1,31  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                                |           | 95,65 | 1178         | 35,63 | 31,86 | 150,18   |