



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

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

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

День 20.02.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                     | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Банан                     | 50        | 11,27 | 102          | 2,3   | 0     | 12,1     |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с зел.гор. | 60/30     | 38,59 | 164          | 8,4   | 10,4  | 16,86    |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная            | 150       | 4,93  | 182          | 3,3   | 5,7   | 24,1     |
|            | напиток |        | Сок                       | 200       | 10,66 | 124          | 0,8   | 0     | 12,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный            | 1/31,3    | 1,31  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                           |           |       | 66,76        | 643   | 17,08 | 16,34    |

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

День 20.02.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                          | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Банан                          | 55        | 11,58 | 105          | 2,3   | 0     | 12,5     |
|            | 1 блюдо | 124/04 | Щи из св. кап. со смет. на к/б | 250/10    | 6,38  | 147          | 5,7   | 4,1   | 14,9     |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с зел.гор.      | 60/30     | 38,59 | 164          | 8,4   | 10,4  | 16,86    |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная                 | 180       | 5,68  | 198          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток |        | Сок                            | 200       | 10,66 | 124          | 0,8   | 0     | 12,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,31  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            |         |        |                                |           | 74,2  | 809          | 24,48 | 20,34 | 99,52    |

| 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   | 0,3   | 15,24    |
|            | гарнир  | 302/04 | Каша молочная рисовая с/м      | 200/10    | 19,83 | 199          | 12,3  | 25,3  | 10       |
|            | напиток | 685/04 | Чай с/с, лимоном               | 200/7     | 3,36  | 129          | 1,4   | 1,6   | 11,5     |
| Обед       | закуска |        | Огурец консер. порц.           | 30        | 3,24  | 41           | 0,5   | 0,9   | 0,8      |
|            | 1 блюдо | 124/04 | Щи из св. кап. со смет. на к/б | 250/10    | 6,38  | 147          | 5,7   | 4,1   | 14,9     |
|            | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные                 | 60        | 35,89 | 148          | 7,8   | 9,4   | 15,3     |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная                 | 180       | 5,68  | 198          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток | 692/04 | Кофейный напиток с молоком     | 200       | 7,31  | 113          | 2,1   | 1,8   | 12,9     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный                 | 1/31,3    | 1,31  | 71           | 2,28  | 0,24  | 14,76    |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшенично-ржаной           | 1/31,3    | 1,31  | 63           | 2,11  | 0,18  | 12,1     |
|            |         |        |                                |           | 87,55 | 1198         | 41,79 | 49,42 | 135,5    |