



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 19.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-----------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | | Яблоко | 100 | 7,39 | 73 | 0,5 | 0 | 5,3 |
| | 2 блюдо | 438/04 | Филе куриное отвар. с/м и фасолью | 50/5/35 | 36,99 | 189 | 9,4 | 10,3 | 17,3 |
| | гарнир | 304/04 | Каша перловая | 150 | 4,99 | 173 | 4,2 | 5,9 | 21,4 |
| | напиток | 685/04 | Чай с/с, лимоном и печеньем | 200/7/40 | 15,73 | 167 | 2,6 | 2,4 | 12,5 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,66 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | 66,76 | 673 | 18,98 | 18,84 | 71,26 |

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

День 19.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-----------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 36/05 | Салат из кв. капусты | 60 | 9,35 | 66 | 1,7 | 0,9 | 8,3 |
| | 1 блюдо | 124/04 | Суп из овощей со смет. | 250/10 | 15,4 | 147 | 5,7 | 4,1 | 14,9 |
| | 2 блюдо | 438/04 | Филе куриное отвар. с/м и фасолью | 50/5/35 | 36,99 | 189 | 9,4 | 10,3 | 17,3 |
| | гарнир | 304/04 | Каша перловая | 180 | 5,77 | 203 | 4,3 | 5,8 | 34,1 |
| | напиток | 685/04 | Чай с/с и лимоном | 200/7 | 3,72 | 115 | 1,1 | 1,4 | 7,6 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,66 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб | | Хлеб пшенично-ржаной | 1/31,3 | 1,31 | 63 | 2,11 | 0,18 | 12,1 |
| | | | | | 74,2 | 854 | 26,59 | 22,92 | 109,06 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-----------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гарнир | 510/04 | Каша молочная пшеничная с/м | 200/10 | 16,42 | 234 | 4,3 | 6,2 | 19,7 |
| | напиток | 692/04 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 7,37 | 113 | 2,1 | 1,8 | 12,9 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,66 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| Обед | закуска | 36/05 | Салат из кв. капусты | 50 | 7,28 | 58 | 1,5 | 0,8 | 7,8 |
| | 1 блюдо | 124/04 | Суп из овощей со смет. | 250/10 | 15,4 | 147 | 5,7 | 4,1 | 14,9 |
| | 2 блюдо | 438/04 | Филе куриное отвар. с/м и фасолью | 50/5/35 | 36,99 | 189 | 9,4 | 10,3 | 17,3 |
| | гарнир | 304/04 | Каша перловая | 180 | 5,77 | 203 | 4,3 | 5,8 | 34,1 |
| | напиток | 685/04 | Чай с/с и лимоном | 200/7 | 3,72 | 115 | 1,1 | 1,4 | 7,6 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,66 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб | | Хлеб пшенично-ржаной | 1/31,3 | 1,31 | 63 | 2,11 | 0,18 | 12,1 |
| | | | | | 97,58 | 1264 | 35,07 | 31,06 | 155,92 |