



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

Э.Г.Шарипова

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

День 10.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	170	13,92	110	0,7	0	9,7
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с яйцом	75/22	6,69	87	2,1	1,2	6,8
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м и св.огурцом	50/5/35	26,8	179	8,9	9,8	14,3
	гарнир	514/04	Пюре гороховое	150	6,81	120	3,6	6	18,6
	напиток	638/04	Компот из кураги с печеньем	200/35	10,46	157	1,6	1,8	16,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	724	19,18	19,04	80,46

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

День 10.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Банан	70	10,65	76	1,8	0	9,4
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	24,28	233	8,9	9,8	18,3
	гарнир	514/04	Пюре гороховое	180	8,17	144	4,56	7,2	23,5
	напиток	638/04	Компот из кураги	200	5,85	115	1,4	0,6	12,1
	хлеб		Бутерброд с сыром	30/31,3	23,2	179	3,4	3,6	27,5
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,05	63	2,11	0,18	12,1
					74,2	810	22,17	21,38	102,9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	257/04	Омлет с рисовой кашей и с/м	150/5	24,79	166	4,8	3,1	28,2
	напиток	685/04	Чай с/с и печеньем	200/50	6,96	167	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Банан	70	10,65	76	1,8	0	9,4
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	24,28	233	8,9	9,8	18,3
	гарнир	514/04	Пюре гороховое	180	8,17	144	4,56	7,2	23,5
	напиток	638/04	Компот из кураги	200	5,85	115	1,4	0,6	12,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,05	63	2,11	0,18	12,1
					86,91	1106	30,86	24,16	149,62