



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

Э.Г.Шарипова

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

День 02.10.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 36/05 | Салат из свежих огурцов и помидоров | 75 | 13,07 | 63 | 0,5 | 1,3 | 1,3 |
| | 2 блюдо | 440/04 | Гуляш из говядины | 50/50 | 35,24 | 276 | 9,7 | 11,6 | 19,2 |
| | гарнир | 693/04 | Каша гречневая | 150 | 4,38 | 146 | 3,3 | 3,8 | 18,2 |
| | напиток | 638/04 | Напиток из шиповника с пряником | 200/40 | 11,99 | 157 | 2,8 | 2,1 | 15,3 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 2,08 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | 66,76 | 713 | 18,58 | 19,04 | 68,76 |

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

День 02.10.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | закуска | 36/05 | Салат из свежих огурцов и помидоров | 56 | 9,76 | 51 | 0,4 | 0,9 | 0,9 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. | 250/10 | 7,83 | 167 | 4,1 | 6,2 | 15,1 |
| | 2 блюдо | 440/04 | Гуляш из говядины | 50/50 | 35,24 | 276 | 9,7 | 11,6 | 19,2 |
| | гарнир | 693/04 | Каша гречневая | 180 | 5,25 | 185 | 5,3 | 7,3 | 26,5 |
| | напиток | 638/04 | Напиток из шиповника с пряником | 200/40 | 11,99 | 157 | 2,8 | 2,1 | 15,3 |
| | 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 |
| | | | | | 74,2 | 970 | 26,69 | 28,52 | 103,86 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| | хлеб | | Бутерброд с сыром | 20/31,3 | 14,26 | 147 | 3,2 | 2,4 | 22,4 |
| | гарнир | 302/04 | Каша молочная рисовая с/м | 200/10 | 14,92 | 199 | 12,3 | 25,3 | 10 |
| | напиток | 685/03 | Чай с/с | 200 | 1,68 | 61 | 0,2 | 0 | 16 |
| Завтрак | закуска | | Помидор порц. | 30 | 3,98 | 32 | 0,2 | 0,9 | 0,6 |
| | 1 блюдо | 110/04 | Борщ из свежей капусты со смет. | 250/10 | 7,83 | 167 | 4,1 | 6,2 | 15,1 |
| | 2 блюдо | 440/04 | Гуляш из говядины | 50/50 | 35,24 | 276 | 9,7 | 11,6 | 19,2 |
| | гарнир | 693/04 | Каша гречневая | 180 | 5,25 | 185 | 5,3 | 7,3 | 26,5 |
| | напиток | 638/04 | Напиток из шиповника с пряником | 200/40 | 11,99 | 157 | 2,8 | 2,1 | 15,3 |
| | 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 |
| | | | | | 99,28 | 1358 | 42,19 | 56,22 | 151,96 |