



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

Э.Г.Шарипова

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

День 15.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	6,6	56	0,5	0	4,1
	закуска	46/04	Салат из консер. огурцов	75	8,52	63	0,6	0,9	1,3
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с зел.гор.	50/5/35	29,5	213	8,9	10,1	18,3
	гарнир	304/04	Каша перловая	150	5,27	173	4,2	5,6	23,4
	напиток	638/04	Компот из сухофруктов с пряником	200/45	14,79	156	1,2	1,6	16,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	732	17,68	18,44	78,26

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

День 15.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	130	8,79	73	0,7	0	5,3
	закуска	46/04	Салат из консер. огурцов	75	8,52	63	0,6	0,9	1,3
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,85	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	24,28	233	8,9	9,8	18,3
	гарнир	304/04	Каша перловая	180	5,84	256	3,7	4,9	28,6
	напиток	638/04	Компот из сухофруктов с пряником	200/45	14,79	156	1,2	1,6	16,4
	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	1082	23,59	23,82	111,86

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	510/04	Каша молочная пшеничная с/м	200/10	15,42	238	7	7,1	39,5
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и пряником	200/8/40	7,13	167	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	6,6	56	0,5	0	4,1
	закуска	46/04	Салат из консер. огурцов	75	8,52	63	0,6	0,9	1,3
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,85	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	24,28	233	8,9	9,8	18,3
	гарнир	304/04	Каша перловая	180	5,84	256	3,7	4,9	28,6
	напиток	638/04	Компот из сухофруктов	200	9,17	115	1,4	1,1	9,3
	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
					91,02	1500	35,6	33,46	174,32