



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 16.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	80	9,88	65	1,1	1,1	6,9
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м и зел.гор.	60/5/30	28,91	163	7,8	10,7	12,3
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	150	7,60	161	2,8	4,3	19,9
	напиток	648/04	Кисель с кексом	200/50	16,24	165	3,1	1,6	16,5
	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
					66,76	688	19,19	18,12	82,46

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

День 16.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	78	9,37	62	1,1	1,1	6,7
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	10,63	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м	50/5	24,72	123	7,3	10,1	11,8
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	9,11	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	648/04	Кисель с кексом	200/50	16,24	165	3,5	1,6	16,5
	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	797	23,57	23,46	109,73

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	4,25	89	1,8	2,1	11,3
	гарнир	302/04	Каша молочная манная с/м	200/10	13,86	340	5	16,8	39,8
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,37	129	1,4	1,6	11,5
Обед	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	5,97	39	0,7	0,7	4,2
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	10,63	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м	50/5	24,72	123	7,3	10,1	11,8
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	9,11	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	648/04	Кисель с кексом	200/50	16,24	165	3,5	1,6	16,5
	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
					91,28	1332	31,37	43,56	169,83