



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

Э.Г.Шарипова

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

День 14.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	8,95	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты	75	3,95	63	1,3	1,2	6,8
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м и морс. кап.	50/5/35	29,99	163	7,8	10,7	12,3
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	150	9,72	161	3,8	4,3	19,9
	напиток	638/04	Компот из чернослива с вафлей	200/40	12,07	156	1,2	1,6	16,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	670	16,88	18,04	74,26

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

День 14.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	60	5,35	45	0,4	0	2,9
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	5,97	63	1,1	0,8	6,7
	1 блюдо	131/04	Рассол. "Ленинградский" со смет.	250/10	9,2	167	6,1	4,2	15,6
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м	50/5	29,04	123	7,3	10,1	11,8
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	12,85	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	638/04	Компот из чернослива с вафлей	200/40	7,66	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
					74,2	824	24,89	22,92	100,56

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	302/04	Каша молочная манная с/м	200/10	13,86	340	5	16,8	39,8
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,8	115	1,1	1,4	7,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	8,95	56	0,5	0	4,1
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	50	5,97	63	1,1	0,8	6,7
	1 блюдо	131/04	Рассол. "Ленинградский" со смет.	250/10	9,2	167	6,1	4,2	15,6
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с/м	50/5	29,04	123	7,3	10,1	11,8
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	12,85	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	638/04	Компот из чернослива с вафлей	200/40	7,66	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
					95,54	1361	33,37	41,36	163,92