



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

Э.Г.Шарипова

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

День 21.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	7,74	56	0,5	0	4,1
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе с зел.гор.	60/50/30	29,5	197	8,3	9,8	12,9
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	6,17	146	3,3	3,8	18,2
	напиток		Сок	200	11,06	124	0,8	0	11,5
	хлеб		Бутерброд с сыром	22/31,3	12,29	167	2,7	2,8	25,5
					66,76	690	15,6	16,4	72,2

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

День 21.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	110	8,64	61	0,5	0	4,6
	1 блюдо	124/04	Щи из св. кап. со смет. и цыпл.	250/10/25	15,64	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	26,81	177	6,1	9,2	11,7
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	7,92	185	5,3	7,3	26,5
	напиток		Сок	200	11,06	124	0,8	0	11,5
	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	828	22,79	21,02	96,06

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, лимоном	200/7	2,67	129	1,4	1,6	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	7,74	56	0,5	0	4,1
	1 блюдо	124/04	Щи из св. кап. со смет. и цыпл.	250/10/25	15,64	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	26,81	177	6,1	9,2	11,7
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	7,92	185	5,3	7,3	26,5
	напиток		Сок	200	11,06	124	0,8	0	11,5
	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
					102,84	1189	31,27	25,96	150,02