



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

Э.Г.Шарипова

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

День 25.11.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                           | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            | закуска | 45/04  | Салат из свежей капусты с яйцом | 75        | 6,69  | 76           | 1,6   | 1,3  | 6,9      |
|            | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. с зел.гор.        | 50/40     | 32,15 | 179          | 8,9   | 9,1  | 16,3     |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная                  | 150       | 4,28  | 182          | 3,1   | 4,1  | 19,1     |
|            | напиток | 685/04 | Чай с/с, лимоном и печеньем     | 200/8/40  | 8,76  | 157          | 2,13  | 2,1  | 13,5     |
|            | хлеб    |        | Бутерброд с сыром               | 25/31,3   | 14,88 | 167          | 2,7   | 2,8  | 25,5     |
|            |         |        |                                 |           | 66,76 | 761          | 18,43 | 19,4 | 81,3     |

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

День 25.11.2024

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                           | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | фрукты  |        | Апельсин                        | 115       | 16,27 | 117          | 1,2   | 0     | 6,5      |
|            | 1 блюдо | 139/04 | Суп картоф. с горохом на к/б    | 250       | 6,9   | 167          | 6,4   | 4,9   | 16,1     |
|            | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. с/м               | 50/5      | 28,53 | 233          | 8,9   | 9,8   | 18,3     |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная                  | 180       | 5,14  | 198          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток | 692/04 | Кофейный нап. с мол. и печеньем | 200/40    | 13,23 | 163          | 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     |
|            |         |        |                                 |           | 74,2  | 1012         | 28,99 | 22,32 | 112,26   |

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                           | Выход, г. | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|---------------------------------|-----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | хлеб    |        | Бутерброд с сыром               | 10/31,3   | 14,26  | 129          | 2,9   | 2,5   | 18,9     |
|            | гарнир  | 302/04 | Каша молочная геркулесовая с/м  | 200/10    | 15,75  | 182          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток | 685/04 | Чай с/с и лимоном               | 200/7     | 2,67   | 129          | 1,4   | 1,6   | 11,5     |
| Обед       | фрукты  |        | Апельсин                        | 100       | 14,2   | 103          | 1,1   | 0     | 6,1      |
|            | 1 блюдо | 139/04 | Суп картоф. с горохом на к/б    | 250       | 6,9    | 167          | 6,4   | 4,9   | 16,1     |
|            | 2 блюдо | 431/04 | Котлета рубл. с/м               | 50/5      | 28,53  | 233          | 8,9   | 9,8   | 18,3     |
|            | гарнир  | 510/04 | Каша пшеничная                  | 180       | 5,14   | 198          | 5     | 5,6   | 28       |
|            | напиток | 692/04 | Кофейный нап. с мол. и печеньем | 200/40    | 13,23  | 163          | 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     |
|            |         |        |                                 |           | 104,81 | 1438         | 38,19 | 32,02 | 170,26   |