



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

*Э.Г.Шарипова*  
Э.Г.Шарипова

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

День 10.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с яйцом	75/22	7,39	76	1,2	1,1	5,9
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м и зел.гор.	50/5/35	31,2	179	8,1	8,7	15,3
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	150	5,58	213	4,2	4,3	18,43
	напиток	638/04	Напиток из сухофр. с булочкой	200/100	12,73	175	2,4	2,6	21,7
	хлеб		Бутерброд с сыром	23/31,3	12,53	158	3,2	2,8	21,5
					69,43	801	19,1	19,5	82,83

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

День 10.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	100	6,7	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с яйцом	65/22	6,96	72	1,2	1,1	5,4
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,83	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	28,53	179	8,1	9,1	16,3
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	6,7	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	638/04	Напиток из сухофр. с булочкой	200/100	12,73	175	2,4	2,6	21,7
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,67	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,48	63	2,11	0,18	12,1
					74,6	1019	25,99	24,12	127,86

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с маслом	10/31,3	7,91	89	1,8	1,9	9,6
	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	14,67	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	685/04	Чай с/с	200	2,67	129	1,4	1,6	11,5
Обед	фрукты		Яблоко	100	6,7	56	0,5	0	4,1
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,83	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м	50/5	28,53	179	8,1	9,1	16,3
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	6,7	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,78	115	1,2	1,1	15,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,67	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,48	63	2,11	0,18	12,1
					83,94	1341	31,99	29,32	175,76