



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 13.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	8,04	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел. гор.	60	3,4	72	1,3	0,9	6,8
	2 блюдо	403/04	Плов из говядины	50/150	47,59	359	11,1	13,2	31,4
	напиток	685/04	Чай с/с и вафлей	200/40	7,74	157	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
					69,43	715	17,91	17,14	73,56

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

День 13.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	90	7,46	48	0,5	0	3,8
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел. гор.	60	3,4	72	1,3	0,9	6,8
	1 блюдо	139/04	Суп картоф. с горохом	250	6,92	138	6,4	4,9	16,1
	2 блюдо	403/04	Плов из говядины	50/150	47,59	359	11,1	13,2	31,4
	напиток	648/04	Кисель	200	3,96	61	0,2	0	16,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,61	63	2,11	0,18	12,1
					74,6	812	23,89	19,42	101,36

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром с/м	145/5	19,15	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	685/04	Чай с/с	200	2,67	129	1,4	1,6	11,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
Обед	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел. гор.	60	3,4	72	1,3	0,9	6,8
	1 блюдо	139/04	Суп картоф. с горохом	250	6,92	138	6,4	4,9	16,1
	2 блюдо	403/04	Плов из говядины	50/150	47,59	359	11,1	13,2	31,4
	напиток	648/04	Кисель	200	3,96	61	0,2	0	16,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,61	63	2,11	0,18	12,1
					91,62	1103	31,37	26,16	145,92