



Кадетская школа
№82
Советского Союза
Ильдара Маннанова

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 14.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45/04	Салат "Зайка"	60	3,64	56	0,6	3,4	5,3
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	29,08	233	5,3	8,4	8,8
	гарнир	516/04	Макароны отварные	150	6,09	213	5,36	4,27	38,43
	напиток	638/04	Компот из свежих яблок с кексом	200/45	15,21	168	3,6	6	20
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	741	17,14	22,31	87,29

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

День 14.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45/04	Салат "Зайка"	40	2,24	38	0,4	2,3	3,5
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	29,08	233	5,3	8,4	8,8
	гарнир	516/04	Макароны отварные	180	7,31	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	638/04	Компот из свежих яблок с кексом	200/90	32,74	245	6,1	11	38
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					72,9	823	19,38	26,64	103,46

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	4,11	89	1,8	2,1	11,3
	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	16,24	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,13	126	3,1	4,6	18,9
Обед	закуска	45/04	Салат "Зайка"	55	3,24	52	0,6	3,2	5,1
	2 блюдо	451/04	Тефтели в соусе	60/50	29,08	233	5,3	8,4	8,8
	гарнир	516/04	Макароны отварные	180	7,31	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	638/04	Компот из свежих яблок с кексом	200/90	32,74	245	6,1	11	38
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб ржаной	1/31,3	1,5	63	2,11	0,18	12,1
					105,88	1351	31,79	38,72	185,96