



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

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

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

День 23.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	75	7,35	55	0,5	1,8	2,5
	2 блюдо	438/04	Филе куриное отвар. с/м и зел. гор.	75/5/25	38,07	282	13,1	13,3	12,3
	гарнир	510/04	Каша пшенная	150	4,88	116	1,8	2,6	16,1
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,72	115	1,4	1,1	23
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	639	19,08	19,04	68,66

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

День 23.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	65	4,32	36	0,4	0	5,6
	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	75	7,35	55	0,5	1,8	2,5
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет. и цыпл.	250/10/25	13,89	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	438/04	Филе куриное отвар. с/м	75/5	36	265	12,8	12,2	11,7
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,72	115	1,4	1,1	23
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					72,9	835	26,58	26,64	92,26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с маслом	20/31,3	14,79	139	3,1	3,5	19,3
	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	16,24	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	685/04	Чай с сахаром и конфетой	200/40	13,68	167	2,3	4,15	39,4
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	75	7,35	55	0,5	1,8	2,5
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет. и цыпл.	250/10/25	13,89	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	438/04	Филе куриное отвар. с/м	50/5	25,19	185	8,7	8,3	8,1
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,72	115	1,4	1,1	23
	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
					103,98	1324	34,79	34,87	192,46