



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

*Э.Г. Шарипова*  
Э.Г. Шарипова

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

День 28.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	4,6	47	0,4	0	7,3
	закуска	36/05	Салат из свежих огурцов и помидоров	75	7,8	48	0,45	4,2	1,94
	2 блюдо	441/04	Пельмени отвар. с зел. гор.	85/15	40	256	13,2	13,1	33,3
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	61	0,2	0	16
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	483	16,53	17,54	73,3

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

День 28.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Сыр порц.	13	8,44	149	3,2	2,2	28,9
	закуска		Помидор порц.	50	4,2	63	0,8	0	4,5
	1 блюдо	135/04	Суп овощной со смет. и цыпл.	250/10/25	12,77	89	1,8	3,8	11,9
	2 блюдо	451/04	Биточки Рябушка с/м	50/5	27,07	154	8,9	7,3	5,79
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	7,26	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,13	126	3,1	4,6	18,9
	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
					72,9	951	27,49	23,02	135,25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с сыром	15/31,3	12,51	123	2,9	2,9	18,9
	гарнир	257/04	Омлет с рисовой кашей	150/5	27,89	166	4,8	3,1	28,2
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	58	0,2	0	15
Обед	закуска		Помидор порц.	50	4,2	63	0,8	0	4,5
	1 блюдо	135/04	Суп овощной со смет.	250/10	5,42	89	1,8	3,8	11,9
	2 блюдо	451/04	Биточки Рябушка с/м	50/5	27,07	154	8,9	7,3	5,79
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	7,26	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	685/04	Какао с молоком	200	10,13	126	3,1	4,6	18,9
	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
					99,13	1149	32,19	26,82	168,45