



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 29.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	5,72	47	0,4	0	7,3
	закуска	36/04	Салат из свежих помидоров	60	6,28	137	1,4	1,43	6,9
	2 блюдо	436/04	Картофельная запеканка с/м	150/5	26,1	287	12,1	13,4	19,5
	напиток	638/04	Компот из кураги с вафлей	200/30	15,92	248	3,1	3,5	33,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	790	19,28	18,57	81,66

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

День 29.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	55	4,97	46	0,4	1,3	2,2
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	5,89	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная с/м	50/5	33,28	123	10,8	6,1	6,3
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	9,81	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	638/04	Компот из кураги с вафлей	200/30	15,92	248	3,1	3,5	33,2
	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	864	25,97	21,56	116,43

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	4,11	89	1,8	2,1	11,3
	закуска		Помидор порц.	40	3,52	58	0,6	0	3,9
	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром	145/5	17,46	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	58	0,2	0	15
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	40	3,66	39	0,3	1,1	1,9
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко"	250	5,89	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная с/м	50/5	33,28	123	10,8	6,1	6,3
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	9,81	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	638/04	Компот из кураги с вафлей	200/30	15,92	248	3,1	3,5	33,2
	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
						98,3	1201	32,77	28,36