



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 30.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	60	6,64	51	0,4	1,6	2,2
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с зел гор.	50/40	30,12	123	10,8	10,1	8,6
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	150	6,86	161	3,2	4,3	21,9
	напиток	678/04	Компот из изюма с вафлей	200/30	10,4	156	1,4	2,1	23,4
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	562	18,08	18,34	70,86

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

День 30.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих огурцов	60	6,64	51	0,4	1,6	2,2
	1 блюдо	139/04	Суп картофельный с горохом	250	6,07	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная	50	28,7	123	10,8	6,1	6,3
	гарнир	520/04	Картофельное пюре	180	8,91	177	4,2	6,8	24,6
	напиток	678/04	Компот из изюма с кексом	200/53	19,55	172	2,1	2,9	24,7
	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	815	27,89	22,32	100,16

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	510/04	Каша молочная пшениная с/м	200/10	16,2	238	7	7,1	39,5
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,62	58	0,2	0	15
Обед	закуска		Помидор порц.	40	4,46	58	0,6	0	3,9
	1 блюдо	139/04	Суп картофельный с горохом	250	6,07	158	6	4,5	15,5
	2 блюдо	451/04	Биточки Рябушка с/м	50/5	27,07	154	8,9	7,3	5,79
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	9,72	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	678/04	Компот из изюма с кексом	200/45	17,62	165	1,9	2,6	23,9
	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
					98,3	1273	37,19	32,12	175,85