



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

Э.Г.Шарипова

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

День 05.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	10,45	44	0,4	0	7,3
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м и помид.	75/5/15	32,83	171	10,3	12,8	5,79
	гарнир	516/04	Каша ячневая	150	5,79	190	4,3	3,62	23,4
	напиток	638/04	Компот из свежих яблок	200/50	4,95	114	0,8	0	31,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	590	18,08	16,66	82,85

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

День 05.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих помидоров	45	5,85	129	1,3	1,35	6,3
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	51,95	245	6	3,3	2,6
	гарнир	516/04	Макароны отварные	180	7,26	213	5,36	4,27	38,43
	напиток	685/04	Чай с сахаром и вафлей	200/45	6,31	197	2,3	2,8	19,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					72,9	855	17,24	11,96	81,39

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	36/04	Салат из свежих помидоров	50	6,25	137	1,4	1,43	6,9
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	51,95	245	6	3,3	2,6
	гарнир	516/04	Макароны отварные	180	7,26	213	5,36	4,27	38,43
	напиток	685/04	Чай с сахаром и вафлей	200/30	6,31	197	2,3	2,8	19,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					73,3	863	17,34	12,04	81,99