



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 25.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	6,72	44	0,4	0	6,3
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	60	4,29	20	0,34	1,9	1,08
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные с/м и зел. гор.	50/5/35	22,69	140	9,6	9,8	12,4
	гарнир	510/04	Каша пшенная	150	4,93	116	1,8	2,6	16,1
	напиток	648/04	Кисель с кексом	200/40	15,39	197	2,3	3,6	32,1
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
					55,55	588	16,72	18,14	82,74

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

День 25.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	140	9,36	59	0,5	0	7,5
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	8,54	143	5,3	4,1	14,7
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные Горбуша с/м	75/5	30,49	205	13,4	13,6	18,4
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	648/04	Кисель с кексом	200/40	15,39	197	2,3	3,6	32,1
	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	873	28,49	24,92	118,76

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром	145/5	17,46	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	692/04	Кофейный напиток с молоком	200	7,55	146	3,1	4,6	17,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,53	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Апельсин	105	10,53	94	1,5	0	12,9
	1 блюдо	124/04	Щи из свежей капусты со смет.	250/10	8,54	143	5,3	4,1	14,7
	2 блюдо	374/05	Толченики рыбные Горбуша с/м	50/5	20,29	133	9,3	9,1	11,4
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,09	135	2,6	3,2	19,2
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,85	61	0,2	0	16
	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
					77,87	1056	32,97	26,56	155,22