



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 20.01.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | фрукты | | Яблоко | 100 | 8,41 | 59 | 0,6 | 0 | 8,4 |
| | 2 блюдо | 450/04 | Зразы школьные с/м и зел.гор. | 60/5/25 | 33,37 | 164 | 9,1 | 9,8 | 14,86 |
| | гарнир | 510/04 | Каша пшеничная | 150 | 5,54 | 182 | 3,1 | 4,3 | 25,8 |
| | напиток | 685/04 | Какао с молоком и пряником | 200/35 | 15,29 | 167 | 3,6 | 4,3 | 19,15 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,58 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | | | | | | 64,19 | 643 | 18,68 | 18,64 |

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

День 20.01.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед | фрукты | | Яблоко | 60 | 5,92 | 37 | 0,4 | 0 | 4,8 |
| | закуска | 45/04 | Салат из свежей капусты с вар.яйцом | 50/22 | 6,01 | 55 | 1,9 | 3 | 8,5 |
| | 1 блюдо | 181/03 | Суп картофельный с макар. изд. | 250 | 10,62 | 156 | 7,1 | 4,9 | 14,9 |
| | 2 блюдо | 374/05 | Толченики рыбные с/м | 50/5 | 25,37 | 140 | 9,6 | 9,8 | 12,4 |
| | гарнир | 520/04 | Картофельное пюре | 180 | 11,25 | 177 | 4,2 | 6,8 | 24,6 |
| | напиток | 685/04 | Какао с молоком и пряником | 200/35 | 15,29 | 167 | 3,6 | 4,3 | 19,15 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,58 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб | | Хлеб дарницкий | 1/31,3 | 1,3 | 63 | 2,11 | 0,18 | 12,1 |
| | | | | | 77,34 | 866 | 31,19 | 29,22 | 111,21 |

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|-------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | хлеб | | Бутерброд с сыром | 10/31,3 | 6,6 | 112 | 2,1 | 1,3 | 18,4 |
| | гарнир | 302/04 | Каша молочная "Дружба" с/м | 200/10 | 18,03 | 144 | 5,6 | 7,6 | 13,2 |
| | напиток | 685/04 | Чай с/с и лимоном | 200/7 | 2,97 | 61 | 0,2 | 0 | 16 |
| Обед | закуска | 45/04 | Салат из свежей капусты с вар.яйцом | 50/22 | 6,01 | 55 | 1,9 | 3 | 8,5 |
| | 1 блюдо | 181/03 | Суп картофельный с макар. изд. | 250 | 10,62 | 156 | 7,1 | 4,9 | 14,9 |
| | 2 блюдо | 374/05 | Толченики рыбные с/м | 50/5 | 25,37 | 140 | 9,6 | 9,8 | 12,4 |
| | гарнир | 520/04 | Картофельное пюре | 180 | 11,25 | 177 | 4,2 | 6,8 | 24,6 |
| | напиток | 685/04 | Какао с молоком и пряником | 200/35 | 15,29 | 167 | 3,6 | 4,3 | 19,15 |
| | хлеб | | Хлеб пшеничный | 1/31,3 | 1,58 | 71 | 2,28 | 0,24 | 14,76 |
| | хлеб | | Хлеб дарницкий | 1/31,3 | 1,3 | 63 | 2,11 | 0,18 | 12,1 |
| | | | | | 99,02 | 1146 | 38,69 | 38,12 | 154,01 |