



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

Э.Г. Шарипова
Э.Г. Шарипова

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

День 03.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	85	5,48	61	0,5	0	7,1
	закуска	36/03	Салат Зайка	60	3,69	55	0,9	1,1	6
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная с/м и кукурузой	50/5/35	16,17	123	8,4	9,1	15,3
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	150	5,29	116	2,8	2,6	16,1
	напиток	685/04	Какао с молоком и пряником	200/50	19,2	167	3,6	4,3	15,15
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	14,36	167	2,9	2,1	23,5
					64,19	689	19,1	19,2	83,15

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

День 03.02.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	85	5,48	61	0,5	0	7,1
	закуска	36/03	Салат Зайка	60	3,69	55	0,9	1,1	6
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250	13,15	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная с/м и кукурузой	50/5/35	16,17	123	8,4	9,1	15,3
	гарнир	510/04	Каша пшеничная	150	5,29	116	2,8	2,6	16,1
	напиток	685/04	Какао с молоком и пряником	200/50	19,2	167	3,6	4,3	15,15
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	14,36	167	2,9	2,1	23,5
					77,34	825	22,18	22,64	106,42

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	20/31,3	4,51	89	1,8	2,1	11,3
	гарнир	257/04	Омлет с рисом и с/м	150/5	23,45	166	4,8	3,1	28,2
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и конфетой	200/7/35	13,58	167	2,3	2,8	14,5
Обед	фрукты		Яблоко	85	5,48	61	0,5	0	7,1
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250	13,15	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная с/м	50/5	14,06	123	8,4	9,1	15,3
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	6,68	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	685/04	Кисель с пряником	200/50	10,7	167	3,6	4,3	15,15
	хлеб		Булочка дорожная	75	4,95	142	2,39	0,45	25,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,22	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб дарницкий	1/31,3	1,02	63	2,11	0,18	12,1
					98,8	1320	34,46	32,51	186,18