



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

Э.Г.Шарипова

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

День 20.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Апельсин	70	14,64	123	1,1	0	6,9
	закуска	45/04	Салат из св. капусты с яйцом	60/22	9,93	76	1,3	1,7	5,3
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Минтай с/м и фасолью	75/5/10	21,85	163	8,5	11,4	13,3
	гарнир	510/04	Каша пшенная	150	4,12	116	3,4	2,7	17,1
	напиток		Сок	200	11,8	124	0,8	0	12,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
					64,19	673	17,38	16,04	69,86

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

День 20.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Апельсин	80	17,71	75	0,7	0	4,1
	гарнир	516/04	Каша молочная ячневая с/м	200/10	14,66	236	5,2	4,3	38,6
	напиток	685/04	Чай с/с	200	1,82	115	1,1	1,4	7,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
Обед	1 блюдо	124/04	Щи из св. кап. со смет. и цыпл.	250/10/25	15,72	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Минтай с/м и консер.огруцом	75/5/25	25,74	172	8,9	11,8	13,6
	гарнир	510/04	Каша пшенная	180	5,37	135	3,2	6,8	19,2
	напиток	678/04	Компот из изюма	200	3,92	124	0,8	0	12,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,85	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,99	63	2,11	0,18	12,1
					91,63	1209	32,27	29,06	152,12