



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

Э.Г.Шарипова

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

День 21.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/04	Маринад овощной	100	10,09	47	0,9	1,3	4,2
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с зел.гор.	50/40	40,87	163	8,5	10,7	13,3
	гарнир	516/04	Каша ячневая	150	3,98	167	3,9	3,5	19,1
	напиток	685/04	Чай с/с и конфетой	200/30	10,51	167	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,31	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	615	18,31	18,54	67,86

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

День 21.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	71/04	Маринад овощной	90	9,94	42	0,8	1,1	3,8
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250/25	5,44	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша с зел.гор.	50/40	40,87	163	8,5	10,7	13,3
	гарнир	516/04	Каша ячневая	180	4,82	190	4,3	3,92	18,4
	напиток	685/04	Чай с/с и конфетой	200/30	10,51	167	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,31	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	1,31	63	2,11	0,18	12,1
					74,2	832	23,8	22,38	102,13

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	302/04	Каша молочная геркулесовая с/м	200/10	15,67	182	5	5,6	28
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и булочкой	200/7	9,84	159	2,61	2,9	15,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,31	71	2,28	0,24	14,76
Обед	закуска	31/03	Салат Бурячок	50	4,35	78	1,4	1,2	2,1
	1 блюдо	140/04	Суп "Гречишное зернышко" на к/б	250/25	5,44	136	3,08	3,44	23,27
	2 блюдо	374/04	Рыба жареная Горбуша	50	36,81	156	8,1	10,1	12,7
	гарнир	516/04	Каша ячневая	180	4,82	190	4,3	3,92	18,4
	напиток	685/04	Чай с/с и конфетой	200/30	10,51	167	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	1,31	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	1,31	63	2,11	0,18	12,1
					91,37	1273	33,89	30,62	157,89