



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 13.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	120	11,03	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел.гор.	75	5,93	54	1,1	1,9	3,8
	2 блюдо	431/04	Котлета Камская с/м и помид. порц.	50/5/35	31,2	189	8,9	9,8	16,3
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	150	6,99	213	3,2	4,13	31,43
	напиток		Сок с пряником	200/35	9,53	156	0,8	0	12,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	739	16,78	16,07	82,89

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

День 13.09.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	120	11,03	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел.гор.	90	6,52	62	1,1	1,9	3,8
	2 блюдо	431/04	Котлета Камская с/м	50/5	29,14	178	8,7	9,6	15,8
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	7,87	236	5,3	4,7	38,4
	напиток		Сок с пряником	200/35	9,53	156	0,8	0	12,5
	хлеб		Бутерброд с сыром	10/31,3	8,06	129	2,9	2,5	18,9
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,05	63	2,11	0,18	12,1
					74,2	880	21,41	18,88	105,6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с сыром	10/31,3	8,06	129	2,9	2,5	18,9
	гарнир	302/04	Каша молочная геркулесовая с/м	200/10	14,85	182	5	5,6	28
	напиток	685/04	Чай с/с и пряником	200/35	5,59	167	2,73	2,8	16,5
Обед	фрукты		Яблоко	120	11,03	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты с зел.гор.	75	5,93	54	1,1	1,9	3,8
	2 блюдо	431/04	Котлета Камская с/м	50/5	29,14	178	8,7	9,6	15,8
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	7,87	236	5,3	4,7	38,4
	напиток		Сок	200	5,62	124	0,8	0	12,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,05	63	2,11	0,18	12,1
					92,22	1260	31,42	27,52	164,86