



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 05.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	7,74	56	0,5	0	4,1
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	75	7,61	81	1,4	1,1	8,6
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	35,24	237	9,3	11,6	19,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	5,26	136	3,3	3,8	18,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофр. с пряником	200/50	8,83	157	2,3	2,8	16,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	738	19,08	19,54	81,16

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

День 05.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	100	7,74	56	0,5	0	4,1
	закуска	36/05	Салат из кв. капусты	75	7,61	81	1,4	1,1	8,6
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	35,24	237	9,3	11,6	19,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	150	5,26	136	3,3	3,8	18,2
	напиток	638/04	Напиток из сухофр. с пряником	200/50	8,83	157	2,3	2,8	16,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	738	19,08	19,54	81,16

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	508/04	Колбаса отвар. с/м	50/5	15,8	78	3,4	4,8	6,1
	гарнир	516/04	Каша ячневая	180	5,75	190	4,3	3,92	18,4
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,87	115	1,1	1,4	7,6
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	7,74	56	0,5	0	4,1
	1 блюдо	131/04	Рассол. "Ленинградский" со смет. и цыпл.	250/10/25	12,2	167	6,1	4,2	15,6
	2 блюдо	440/04	Гуляш из говядины	50/50	35,24	237	9,3	11,6	19,2
	гарнир	693/04	Каша гречневая	180	6,3	185	5,3	7,3	26,5
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	3,78	115	1,2	1,1	15,3
	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
					95,89	1348	37,87	34,98	154,42