



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 19.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	10,44	56	0,5	0	4,1
	закуска	31/03	Салат из свеклы	100	3,08	87	1,3	1,8	2,9
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м и зел.гор.	60/5/25	31,92	164	6,3	9,4	16,86
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	150	5,58	213	4,2	4,3	21,43
	напиток	648/04	Кисель с печеньем	200/45	13,66	165	3,5	1,6	14,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	756	18,08	17,34	74,55

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

День 19.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	10,44	56	0,5	0	4,1
	закуска	31/03	Салат из свеклы	100	3,08	87	1,3	1,8	2,9
	1 блюдо	124/04	Щи из св. кап. со смет.	250/10	9,36	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,84	157	6,3	9,1	14,9
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	6,69	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	678/04	Компот из изюма	200	10,66	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
					74,2	941	24,29	20,12	114,56

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб		Бутерброд с повидлом	10/31,3	4,25	89	1,8	2,1	11,3
	2 блюдо	510/04	Каша молочная пшеничная с/м	200/10	14,67	234	4,3	6,2	19,7
	напиток	685/04	Чай с/с и лимоном	200/7	2,87	115	1,1	1,4	7,6
Обед	фрукты		Яблоко	100	10,44	56	0,5	0	4,1
	закуска	31/03	Салат Бурячок	100	7,76	121	1,7	2,8	4,5
	1 блюдо	124/04	Щи из св. кап. со смет.	250/10	9,36	147	5,7	4,1	14,9
	2 блюдо	450/04	Зразы школьные с/м	60/5	29,84	157	6,3	9,1	14,9
	гарнир	516/04	Макароны отвар.	180	6,69	236	5,3	4,7	38,4
	напиток	678/04	Компот из изюма	200	10,66	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
					100,67	1413	31,89	30,82	154,76