



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

Э.Г.Шарипова
Э.Г.Шарипова

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

День 24.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	8,04	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты	75	3,63	72	1,3	0,9	6,8
	2 блюдо	403/04	Плов Золотой Петушок	50/150	46,67	317	11,8	14,5	35,4
	напиток	685/04	Чай с/с и вафлей	200/40	6,34	157	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
					66,76	673	18,61	18,44	77,56

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

День 24.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	100	8,04	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из свежей капусты	100	4,72	79	1,4	1,2	7,4
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,83	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	403/04	Плов Золотой Петушок	50/150	46,67	317	11,8	14,5	35,4
	напиток	648/04	Кисель	200	2,81	61	0,2	0	16,4
	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	814	22,39	22,32	105,26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром с/м	145/5	19,15	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	685/04	Чай с/с, лимоном и вафлей	200/7/40	7,61	157	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,08	71	2,28	0,24	14,76
Обед	фрукты		Яблоко	100	8,04	56	0,5	0	4,1
	закуска	45/04	Салат из св. капусты	50	2,42	57	1,1	0,7	4,8
	1 блюдо	110/04	Борщ из свежей капусты со смет.	250/10	7,83	167	4,1	6,2	15,1
	2 блюдо	403/04	Плов Золотой Петушок	50/150	46,67	317	11,8	14,5	35,4
	напиток	648/04	Кисель	200	2,81	61	0,2	0	16,4
	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
					100,74	1159	31,4	29,76	156,02