



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

Э.Г.Шарипова

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

День 22.01.2026

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                      | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|----------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Обед       | закуска | 31/04  | Салат из квашеной капусты  | 75        | 5,20  | 61           | 1,1   | 3,2   | 4,5      |
|            | 2 блюдо | 374/04 | Рыба тушеная с овощами     | 50/50     | 35,67 | 172          | 15,8  | 8,3   | 8,4      |
|            | гарнир  | 520/04 | Картофельное пюре          | 180       | 12,54 | 199          | 4     | 6,3   | 31,7     |
|            | напиток | 692/04 | Кофейный напиток с молоком | 200       | 7,03  | 140          | 4,9   | 5     | 22,5     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный             | 2/30      | 4,24  | 63,4         | 2,43  | 0,36  | 12,6     |
|            | Итого   |        |                            |           | 64,68 | 574,4        | 27,13 | 19,96 | 75,2     |

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

День 22.01.2026

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                    | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|---------|--------|--------------------------|-----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гарнир  | 334/04 | Макар.запеч.с сыром с/м  | 145/5     | 52,47 | 218          | 5,3   | 4,7  | 38,4     |
|            | напиток | 685/04 | Чай с сахаром с пряником | 200/40    | 6,56  | 142          | 1,6   | 2,8  | 24,2     |
|            | хлеб    |        | Хлеб пшеничный           | 1/30      | 2,12  | 63,4         | 2,43  | 0,36 | 12,6     |
|            | Итого   |        |                          |           | 61,15 | 423,4        | 9,33  | 7,86 | 75,2     |