



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

Э.Г.Шарипова

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

День 10.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	45/04	Салат из капусты с яйцом	75/22	7,2	76	1,2	1,1	5,9
	2 блюдо	431/04	Котлета рубл. с/м и зел.гор.	75/15	28,79	179	8,1	8,7	15,3
	гарнир	302/04	Каша рисовая	150	6,8	161	3,2	3,7	21,9
	напиток	685/04	Чай с/с и вафлей	200/40	10,33	189	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	16,31	158	3,2	2,8	21,5
					69,43	763	18,43	19,1	81,1

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

День 10.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	фрукты		Яблоко	150	9,42	84	0,75	0	6,6
	1 блюдо	139/04	Суп картоф. с горохом	250	9,96	167	6,4	4,9	16,1
	2 блюдо	374/04	Рыба тушеная с овощами	50/50	21,19	163	9,3	10,7	12,3
	гарнир	302/04	Каша рисовая	180	7,36	193	3,8	8,1	26,3
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов с пряником	200/50	7,88	157	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Бутерброд с сыром	20/31,3	16,31	158	3,2	2,8	21,5
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,48	63	2,11	0,18	12,1
					74,6	985	28,29	29,48	111,4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	фрукты		Яблоко	100	6,17	56	0,5	0	4,1
	гарнир	334/03	Макароны, запеч. с сыром с/м	145/5	25,48	139	4,3	4,9	22,1
	напиток	685/04	Чай с/с и пряником	200/50	7,13	157	2,73	2,8	16,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
Обед	1 блюдо	139/04	Суп картоф. с горохом	250	9,96	167	6,4	4,9	16,1
	2 блюдо	374/04	Рыба тушеная с овощами	50/50	21,19	163	9,3	10,7	12,3
	гарнир	302/04	Каша рисовая	180	7,36	193	3,8	8,1	26,3
	напиток	638/04	Напиток из сухофруктов	200	2,68	115	1,2	1,1	15,3
	хлеб		Хлеб пшеничный	1/31,3	2,66	71	2,28	0,24	14,76
	хлеб		Хлеб пшенично-ржаной	1/31,3	2,48	63	2,11	0,18	12,1
					87,77	1195	34,9	33,16	154,32