



Утверждаю
Директор _____ И.В.Савельев

Васильевская Кадетская школа-интернат им. Героя Советского
Союза Николая Волостнова.

Меню
на 01.09.2023

Комплекс № 3 - Интернат.

день 5 Нед 1.

Обед

Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	250/10		6,48	6,5	14,17	141,1
Салат из свежей капусты	100		1,41	5,08	9,02	87,4
Рыба тушеная с овощами	100		14,3	10,64	8	140
Картофельное пюре с маслом	200/5		4,1	3,1	25,7	146,3
Кисель	200		0	0	42,2	162
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Калорийность			29,39	25,74	128,93	822,98

Полдник

Чай с сахаром	200/15		0,02	0,02	15	60
Выпечка	50		10,09	12	21,73	243
Калорийность			10,11	12,02	36,73	303

Ужин

Котлеты куриные	75		12	4,575	4,8	151,5
Макароны отварные с маслом	200/5		7,56	9,1	59,64	302
Огурец соленый	50		0,4	0,05	0,85	6,5
Сок	200		0,8	0,8	19,6	84
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Калорийность			23,46	14,945	104,43	643,18

2 ужин

Ряженка	200		5,8	5	8,4	108
Пряники	50		2,4	1,4	38,85	167,9
Калорийность			8,2	6,4	47,25	275,9

Итого 265,0 85,12 85,405 368,53 2561,04

Зав.произ _____

Н.В.Фахреева