

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню  
на 06.03.2025 г.

Начальные классы

Комплекс № 1

День 4. Нед 1.

|                               | Выход    | ст-сть       | белки        | жиры          | угл-ды       | ККАЛ       |
|-------------------------------|----------|--------------|--------------|---------------|--------------|------------|
| Салат из белокочанной капусты | 60       |              | 0,786        | 1,95          | 3,76         | 36         |
| Картофельное пюре             | 150      |              | 5,06         | 8,8           | 20,44        | 170        |
| Биточки рыбные с соусом       | 50/30    |              | 6,88         | 5,6           | 9,61         | 134        |
| Чай с сахаром, лимоном        | 200/15/7 |              | 0,084        | 0,012         | 9,87         | 36         |
| Хлеб пшеничный                | 30       |              | 2,28         | 0,24          | 14,76        | 62         |
| Хлеб сельский                 | 20       |              | 1            | 0,2           | 9            | 36         |
| <b>Калорийность</b>           |          | <b>69,43</b> | <b>16,09</b> | <b>16,802</b> | <b>67,44</b> | <b>474</b> |

Кадеты

Комплекс № 4

Завтрак

|                           |      |  |              |              |              |               |
|---------------------------|------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Суп молочный с вермишелью | 250  |  | 7,19         | 6,51         | 23,55        | 181,5         |
| Яйцо вареное              | 1шт. |  | 5,08         | 4,6          | 0,28         | 62,84         |
| Чай с сахаром, с молоком  | 200  |  | 1,4          | 1,6          | 16,4         | 86            |
| Хлеб пшеничный            | 50   |  | 1,58         | 0,2          | 9,66         | 53,2          |
| <b>Калорийность</b>       |      |  | <b>15,25</b> | <b>12,91</b> | <b>49,89</b> | <b>383,54</b> |

Обед

|                             |        |  |              |              |               |              |
|-----------------------------|--------|--|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Салат из отварной свеклы    | 100    |  | 1,43         | 6,09         | 8,36          | 93,9         |
| Суп овощной с фрикадельками | 250/10 |  | 5,44         | 8,58         | 14,3          | 108,5        |
| Фрикадельки                 | 10     |  | 1,7          | 1,24         | 0,11          | 22,27        |
| Плов с курицей              | 200/50 |  | 25,38        | 21,25        | 44,61         | 471,25       |
| Кисель                      | 200    |  | 0            | 0            | 42,2          | 162          |
| Хлеб сельский               | 50     |  | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 45,98        |
| Хлеб пшеничный              | 50     |  | 1,58         | 0,2          | 9,66          | 53,2         |
| <b>Калорийность</b>         |        |  | <b>36,65</b> | <b>37,58</b> | <b>129,12</b> | <b>957,1</b> |

Полдник

|                     |     |               |              |              |               |                |
|---------------------|-----|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Сок                 | 200 |               | 0,8          | 0,8          | 19,6          | 84             |
| Выпечка             | 50  |               | 10,09        | 12           | 21,73         | 243            |
| <b>Калорийность</b> |     |               | <b>10,89</b> | <b>12,8</b>  | <b>41,33</b>  | <b>327</b>     |
| <b>Итого</b>        |     | <b>289,52</b> | <b>62,79</b> | <b>63,29</b> | <b>220,34</b> | <b>1667,64</b> |

Зав.произ

*Н.В.Фахреева*

Н.В.Фахреева

Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_ И.В.Савельев

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

Меню  
на 06.03.2025г.

День 4. Нед.1

Комплекс № 3 - Интернат.

| Завтрак                   | Выход | ст-сть | белки | жиры  | угл-ды | ККАЛ   |
|---------------------------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|
| Суп молочный с вермишелью | 250   |        | 7,19  | 6,51  | 23,55  | 181,5  |
| Яйцо вареное              | 1шт.  |        | 5,08  | 4,6   | 0,28   | 62,84  |
| Чай с сахаром, с молоком  | 200   |        | 1,4   | 1,6   | 16,4   | 86     |
| Хлеб пшеничный            | 50    |        | 1,58  | 0,2   | 9,66   | 53,2   |
| Калорийность              |       |        | 15,25 | 12,91 | 49,89  | 383,54 |

Обед

|                             |        |  |       |       |        |        |
|-----------------------------|--------|--|-------|-------|--------|--------|
| Салат из отварной свеклы    | 100    |  | 1,43  | 6,09  | 8,36   | 93,9   |
| Суп овощной с фрикадельками | 250/10 |  | 5,44  | 8,58  | 14,3   | 108,5  |
| Фрикадельки                 | 10     |  | 1,7   | 1,24  | 0,11   | 22,27  |
| Плов с курицей              | 200/50 |  | 25,38 | 21,25 | 44,61  | 471,25 |
| Кисель                      | 200    |  | 0     | 0     | 42,2   | 162    |
| Хлеб сельский               | 50     |  | 1,12  | 0,22  | 9,88   | 45,98  |
| Хлеб пшеничный              | 50     |  | 1,58  | 0,2   | 9,66   | 53,2   |
| Калорийность                |        |  | 36,65 | 37,58 | 129,12 | 957,1  |

Полдник

|              |     |  |       |      |       |     |
|--------------|-----|--|-------|------|-------|-----|
| Сок          | 200 |  | 0,8   | 0,8  | 19,6  | 84  |
| Выпечка      | 50  |  | 10,09 | 12   | 21,73 | 243 |
| Калорийность |     |  | 10,89 | 12,8 | 41,33 | 327 |

Ужин

|                              |       |  |       |       |       |        |
|------------------------------|-------|--|-------|-------|-------|--------|
| Тефтели из говядины с соусом | 50/50 |  | 7,85  | 8,61  | 9,93  | 146    |
| Рагу овощное                 | 200   |  | 3,05  | 14,7  | 19,25 | 221,3  |
| Чай с сахаром и лимоном      | 200   |  | 0,53  | 0     | 9,87  | 41,6   |
| Хлеб сельский                | 50    |  | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| Хлеб пшеничный               | 50    |  | 1,58  | 0,2   | 9,66  | 53,2   |
| Калорийность                 |       |  | 14,13 | 23,73 | 58,59 | 508,08 |

2 ужин

|                   |     |  |       |       |       |       |
|-------------------|-----|--|-------|-------|-------|-------|
| Молоко кипяченое  | 200 |  | 6     | 6,6   | 9,8   | 121   |
| Плюшка Московская | 50  |  | 23,64 | 22,81 | 32,76 | 329,4 |
| Калорийность      |     |  | 29,64 | 29,41 | 42,56 | 450,4 |

Итого

301,09 106,56 116,43 321,49 2626,12

Зав.произ

Н.В.Фахреева