



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

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

**Меню  
на 10.03.2025 г.**

**Комплекс № 1**

**день 1 Нед 2**

**Начальные классы**

|                                         |       |              |             |              |               |            |
|-----------------------------------------|-------|--------------|-------------|--------------|---------------|------------|
| Запеканка творожная с морковью с маслом | 150/5 |              | 14,2        | 13,83        | 58,9          | 377        |
| Фрукты                                  | 100   |              | 0,4         | 0,4          | 9,8           | 36         |
| Кофейный напиток с молоком              | 200   |              | 3,3         | 1,51         | 29,06         | 132        |
| Хлеб сельский                           | 20    |              | 1           | 0,2          | 9             | 36         |
| <b>Калорийность</b>                     |       | <b>69,43</b> | <b>18,9</b> | <b>15,94</b> | <b>106,76</b> | <b>581</b> |

**Комплекс № 4**

**Кадеты**

| <b>Завтрак</b>          | <b>Выход</b> | <b>ст-сть</b> | <b>белки</b> | <b>жиры</b>  | <b>угл-ды</b> | <b>ККАЛ</b>   |
|-------------------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Омлет натуральный       | 200          |               | 17,58        | 21,12        | 6,58          | 249,86        |
| Чай с сахаром и молоком | 200          |               | 1,4          | 1,6          | 16,4          | 86            |
| Хлеб пшеничный          | 50           |               | 1,58         | 0,2          | 9,66          | 53,2          |
| <b>Калорийность</b>     |              |               | <b>20,56</b> | <b>22,92</b> | <b>32,64</b>  | <b>389,06</b> |

**Обед**

|                                                      |          |  |              |               |               |               |
|------------------------------------------------------|----------|--|--------------|---------------|---------------|---------------|
| Рассольник "Ленинградский" со сметаной фрикадельками | 250/5/10 |  | 6,8          | 7,2           | 15,9          | 138,5         |
| - фрикадельки                                        | 10       |  | 1,7          | 1,24          | 0,11          | 22,27         |
| Салат из свежий капусты                              | 100      |  | 1,41         | 5,08          | 9,02          | 87,4          |
| Котлеты из говядины                                  | 75       |  | 11,7         | 9,675         | 9,45          | 175,35        |
| Картофельное пюре с маслом                           | 200/5    |  | 4,1          | 3,1           | 25,7          | 146,3         |
| Компот из сухофруктов                                | 200      |  | 1,16         | 0,3           | 47,26         | 196,38        |
| Хлеб пшеничный                                       | 50       |  | 1,58         | 0,2           | 9,66          | 53,2          |
| Хлеб сельский                                        | 50       |  | 1,12         | 0,22          | 9,88          | 45,98         |
| <b>Калорийность</b>                                  |          |  | <b>29,57</b> | <b>27,015</b> | <b>126,98</b> | <b>865,38</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>Всего калорийность</b> |     | <b>289,52</b> | <b>61,02</b> | <b>62,735</b> | <b>200,95</b> | <b>1581,44</b> |

Зав.произ \_\_\_\_\_

*Фех*

Н.В.Фахреева

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню

на 10.03.2025 г.

день 1 Нед 2

Комплекс № 3 - Интернат.

| Завтрак                 | Выход | ст-сть | белки        | жиры         | угл-ды       | ККАЛ          |
|-------------------------|-------|--------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Омлет натуральный       | 200   |        | 17,58        | 21,12        | 6,58         | 249,86        |
| Чай с сахаром и молоком | 200   |        | 1,4          | 1,6          | 16,4         | 86            |
| Хлеб пшеничный          | 50    |        | 1,58         | 0,2          | 9,66         | 53,2          |
| <b>Калорийность</b>     |       |        | <b>20,56</b> | <b>22,92</b> | <b>32,64</b> | <b>389,06</b> |

Обед

|                                                      |          |  |              |               |               |               |
|------------------------------------------------------|----------|--|--------------|---------------|---------------|---------------|
| Рассольник "Ленинградский" со сметаной фрикадельками | 250/5/10 |  | 6,8          | 7,2           | 15,9          | 138,5         |
| - фрикадельки                                        | 10       |  | 1,7          | 1,24          | 0,11          | 22,27         |
| Салат из свежий капусты                              | 100      |  | 1,41         | 5,08          | 9,02          | 87,4          |
| Котлеты из говядины                                  | 75       |  | 11,7         | 9,675         | 9,45          | 175,35        |
| Картофельное пюре с маслом                           | 200/5    |  | 4,1          | 3,1           | 25,7          | 146,3         |
| Компот из сухофруктов                                | 200      |  | 1,16         | 0,3           | 47,26         | 196,38        |
| Хлеб пшеничный                                       | 50       |  | 1,58         | 0,2           | 9,66          | 53,2          |
| Хлеб сельский                                        | 50       |  | 1,12         | 0,22          | 9,88          | 45,98         |
| <b>Калорийность</b>                                  |          |  | <b>29,57</b> | <b>27,015</b> | <b>126,98</b> | <b>865,38</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> |

Ужин

|                         |       |  |              |              |              |               |
|-------------------------|-------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Гуляш из курицы         | 50/50 |  | 12,08        | 12,1         | 2,8          | 170,66        |
| Пюре гороховое с маслом | 200/5 |  | 13,3         | 8,2          | 26,13        | 230,9         |
| Чай с сахаром и лимоном | 200   |  | 0,53         | 0            | 9,87         | 41,6          |
| 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         |
| <b>Калорийность</b>     |       |  | <b>29,01</b> | <b>20,72</b> | <b>68,64</b> | <b>589,34</b> |

2 ужин

|                     |     |               |            |             |             |              |
|---------------------|-----|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| Кефир               | 200 |               | 5,8        | 5           | 8           | 106          |
| Корж молочный       | 50  |               | 3,6        | 5,8         | 26,40       | 171,4        |
| <b>Калорийность</b> |     | <b>301,09</b> | <b>9,4</b> | <b>10,8</b> | <b>34,4</b> | <b>277,4</b> |

Итого

99,43 94,255 303,99 2448,18

Зав.произ

*Рез*

Н.В.Фахреева