

Утверждаю

Директор

И.В.Савельев



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

Меню
на 13.03.2024 г.

Начальные классы	Комплекс № 1			День 3 .Нед 1.		
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Салат из моркови с изюмом	60		1,032	0,846	10,02	51,85
Макароны отварные	150		5,1	4,468	28,5	187
Тефтели из говядины с соусом	60/40		12,78	16,54	8,58	149,09
Чай черный с сахаром и курягой	200/15/7		0,521	0,005	21,725	88
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
Калорийность		66,76	22,713	22,299	92,585	590,94

Кадеты Завтрак	Комплекс № 4			День 3. Нед 1		
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5		6,12	5,44	43,93	221,34
Чай с сахаром и молоком	200		1,4	1,6	16,4	86
Печенье	50		3,75	1,5	25,5	130
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,1
Калорийность			12,85	8,74	95,49	490,44

Обед						
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Суп гороховый с курицей	250/25		9,584	7,629	19,23	183,75
Салат из свежей моркови	100		1,08	0,18	8,62	40,4
Азу из курицы	200/50		26,7	14,4	29,1	363
Компот из сухофруктов	200		1,61	0,3	47,26	196,38
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			42,074	22,929	134,05	929,71

Полдник						
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Выпечка	50		10,09	12	21,73	243
Сок в розлив	200		0,8	0,8	19,6	84
Калорийность		260,00	10,89	12,8	41,33	327

Итого 66 44 271 1747

Зав.произ

Фсч

Н.В.Фахреева

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев



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

Меню

на 13.03.2024 г.

Комплекс № 3 - Интернат.

День 3. Нед 1

Завтрак	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5		6,12	5,44	43,93	221,34
Чай с сахаром и молоком	200		1,4	1,6	16,4	86
Печенье	50		3,75	1,5	25,5	130
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			12,85	8,74	95,49	490,54

Обед

Суп гороховый с курицей	250/25		9,584	7,629	19,23	183,75
Салат из свежей моркови	100		1,08	0,18	8,62	40,4
Азу из курицы	200/50		26,7	14,4	29,1	363
Компот из сухофруктов	200		1,61	0,3	47,26	196,38
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			42,074	22,929	134,05	929,71

Полдник

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

Ужин

Печень тушенная в соусе	50/50		13,5	9,2	8,6	166,2
Каша гречневая	200		7,1	9	31,73	236,72
Компот из сухофруктов	200		1,61	0,3	47,26	196,38
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			24,91	18,92	107,13	698,48

2 ужин

Кефир	200		5,8	5	8	106
Вафли	20		1,7	4,4	12,80	98
Калорийность			7,5	9,4	20,8	204

Итого

280,00

98,224

72,789

398,8

2649,73

Зав.произ

Н.В. Фахреева

Н.В.Фахреева