

Утверждаю

 И.В.Савельев

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

**Меню
 на 17.01.2025 г.**

| Начальные классы | Комплекс №1 | | | | День 5 | Нед 2 |
|------------------------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|------------|
| | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
| Салат из свеклы | 60 | | 0,654 | 3,65 | 6,72 | 62 |
| Фруктовый десерт | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 40 |
| Котлета из говядины с соусом | 50/30 | | 13,27 | 13,02 | 8,79 | 185 |
| Картофельное пюре | 150 | | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 124 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | | 3,3 | 1,51 | 29,06 | 132 |
| Хлеб сельский | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 36 |
| Калорийность | | 69,43 | 21,684 | 23,58 | 83,81 | 579 |

Комплекс № 4

Завтрак

| | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
|----------------------------------|-------|--------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| Каша пшеничная молочная с маслом | 200/5 | | 6,6 | 8 | 35,53 | 245,7 |
| Масло сливочное | 10 | | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 |
| Сыр | 20 | | 4,64 | 5,9 | 0 | 71,66 |
| Чай с сахаром и молоком | 200 | | 1,4 | 1,6 | 16,4 | 86 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 53,2 |
| Калорийность | | | 14,32 | 22,9 | 61,72 | 522,28 |

Обед

| | | | | | | |
|-------------------------|-----|--|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Суп картофельный | 250 | | 2,18 | 2,84 | 14,29 | 91,5 |
| Рыба тушеная с овощами | 100 | | 14,3 | 10,64 | 8 | 140 |
| Салат из свежей капусты | 100 | | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,4 |
| Картофельное пюре | 200 | | 4,1 | 3,1 | 25,70 | 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 |
| Калорийность | | | 25,85 | 22,38 | 123,81 | 760,76 |

Полдник

| | | | | | | |
|---------------------|-----|--|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Чай с сахаром | 200 | | 0,2 | 0 | 14 | 28 |
| Выпечка | 50 | | 10,09 | 12 | 21,73 | 243 |
| Калорийность | | | 10,29 | 12 | 35,73 | 271 |
| Итого | | | 50,46 | 57,28 | 221,26 | 1554,04 |

289,52

Зав.произ _____

Рсеу

Н.В.Фахреева

Утверждаю
 Директор _____ И.В.Савельев

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

Меню
 на 17.01.2025 г.

Комплекс № 3 - Интернат.

День 5 Нед 2

| Завтрак | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
|----------------------------------|-------|--------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| Каша пшеничная молочная с маслом | 200/5 | | 6,6 | 8 | 35,53 | 245,7 |
| Масло сливочное | 10 | | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 |
| Сыр | 20 | | 4,64 | 5,9 | 0 | 71,66 |
| Чай с сахаром и молоком | 200 | | 1,4 | 1,6 | 16,4 | 86 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 53,2 |
| Калорийность | | | 14,32 | 22,9 | 61,72 | 522,28 |

Обед

| | | | | | | |
|-------------------------|-----|--|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Суп картофельный | 250 | | 2,18 | 2,84 | 14,29 | 91,5 |
| Рыба тушенная с овощами | 100 | | 14,3 | 10,64 | 8 | 140 |
| Салат из свежей капусты | 100 | | 1,41 | 5,08 | 9,02 | 87,4 |
| Картофельное пюре | 200 | | 4,1 | 3,1 | 25,70 | 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 |
| Калорийность | | | 25,85 | 22,38 | 123,81 | 760,76 |

Полдник

| | | | | | | |
|---------------------|-----|--|--------------|-----------|--------------|------------|
| Чай с сахаром | 200 | | 0,2 | 0 | 14 | 28 |
| Выпечка | 50 | | 10,09 | 12 | 21,73 | 243 |
| Калорийность | | | 10,29 | 12 | 35,73 | 271 |

Ужин

| | | | | | | |
|----------------------------|--------|--|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Тефтели из курицы с соусом | 50/50 | | 9,424 | 10,328 | 11,92 | 175,2 |
| Рис с овощами | 200/10 | | 5,5 | 7,2 | 64,5 | 290 |
| Сок в розлив | 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 | | | 18,424 | 18,748 | 115,56 | 648,38 |

2 ужин

| | | | | | | |
|---------------------|-----|--|------------|------------|-------------|------------|
| Кефир | 200 | | 5,8 | 5,0 | 8 | 106 |
| Вафли | 20 | | 1,7 | 4,4 | 12,8 | 98 |
| Калорийность | | | 7,5 | 9,4 | 20,8 | 204 |

301,09

Итого

76,4

85,428

357,62

2406,42

Зав.произ

Ф.И.О.

Н.В.Фахреева