

Утверждаю  
Директор И.В.Савельев

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

Меню  
на 17.04.2025 г.

Комплекс № 1

начальные классы

день 4 Нед 2.

| Завтрак                                 | Выход     | ст-сть       | белки         | жиры          | угл-ды        | ККАЛ       |
|-----------------------------------------|-----------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| Салат из белокочанной капусты с яблоком | 60        |              | 0,073         | 3,06          | 6,7           | 50         |
| Плов из птицы                           | 150/50    |              | 12,95         | 13,46         | 35,73         | 282        |
| Яйцо отварное                           | 40        |              | 5,08          | 4,6           | 0,28          | 63         |
| Чай черный с сахаром и курагой          | 200/15/10 |              | 0,521         | 0,005         | 21,725        | 83         |
| 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>21,904</b> | <b>21,565</b> | <b>88,195</b> | <b>576</b> |

| Завтрак                        | Выход | ст-сть | белки        | жиры        | угл-ды       | ККАЛ          |
|--------------------------------|-------|--------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| Яйцо варенное                  | 1 шт. |        | 5,08         | 4,6         | 0,28         | 62,84         |
| Каша рисовая молочная с маслом | 200/5 |        | 6,9          | 11,1        | 40,70        | 291,3         |
| Чай с сахаром и молоком        | 200   |        | 1,4          | 1,6         | 16,4         | 86            |
| Хлеб пшеничный 1               | 50    |        | 1,58         | 0,2         | 9,66         | 53,2          |
| <b>Калорийность</b>            |       |        | <b>14,96</b> | <b>17,5</b> | <b>67,04</b> | <b>493,34</b> |

Обед

|                                   |        |  |              |              |               |               |
|-----------------------------------|--------|--|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Салат из отварной свеклы          | 100    |  | 5,8          | 7,3          | 8,5           | 134,6         |
| Щи из свежей капусты, со сметаной | 250/10 |  | 5,8          | 9,78         | 8,55          | 142,48        |
| Фрикадельки из курицы             | 75     |  | 13,2         | 2,85         | 1,8           | 85,65         |
| Каша гречневая с маслом           | 200/10 |  | 7,1          | 9            | 31,73         | 236,72        |
| Фруктовый десерт                  | 100    |  | 0,4          | 0            | 9,8           | 47            |
| 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>36,16</b> | <b>29,65</b> | <b>127,18</b> | <b>942,01</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> |

289,52

Итого

62,01 59,95 235,55 1762,35

Зав.произ

Н.В.Фахреева

