

Утверждаю
 Директор И.В.Савельев
 Васильевская Кадетская школа-интернат им. Героя Советского



Союза Николая Волостнова.

Меню

на 17.09.2024 г.

Комплекс № 3 - Интернат.

День 2 Нед 1

| Наименование блюд | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
|-----------------------------------|--------|--------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша кукурузная молочная с маслом | 200/5 | | 4,6 | 5,6 | 39,4 | 275,24 |
| Масло сливочное порциями | 10 | | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 |
| Сыр | 10 | | 4,64 | 5,9 | 0,00 | 71,66 |
| 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 | | | 12,32 | 20,5 | 65,59 | 551,82 |
| Обед | | | | | | |
| Щи из свежей капусты с сметаной | 250/10 | | 5,8 | 9,78 | 8,55 | 142,48 |
| Гуляш из курицы | 50/50 | | 9,664 | 9,68 | 2,24 | 136,53 |
| Макароны отварные | 200 | | 7,56 | 9,1 | 59,64 | 302 |
| Салат из свежей моркови | 100 | | 1,08 | 0,18 | 8,62 | 40,4 |
| 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 | | | 28,414 | 29,46 | 145,85 | 916,97 |
| Полдник | | | | | | |
| Выпечка | 50 | | 12,64 | 13,81 | 32,76 | 329,1 |
| Чай с сахаром | 200/15 | | 0,02 | 0 | 14 | 28 |
| Калорийность | | | 12,66 | 13,81 | 46,76 | 357,1 |
| Ужин | | | | | | |
| Салат из отварной свеклы | 100 | | 1,43 | 6,09 | 8,36 | 93,9 |
| Запеканка рыбная с картофелем | 200/50 | | 14 | 16,8 | 31,5 | 360,7 |
| 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 | | | 19,74 | 23,61 | 106,66 | 750,16 |
| 2 ужин | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84 |
| Корж молочный | 50 | | 2,4 | 1,4 | 38,85 | 167,9 |
| Калорийность | | | 3,2 | 2,2 | 58,45 | 251,9 |
| Итого | | | 280,00 | 76,334 | 89,58 | 423,31 |
| | | | | | | 2827,95 |

Зав.произ

Фак

Н.В.Фахреева

Директор



Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню

на 17.09.2024 г.

Комплекс № 1

День 2. Нед1.

| Начальные классы | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
|---------------------|--------|--------------|---------------|---------------|---------------|------------|
| Фрукты | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 40 |
| Икра свекольная | 60 | | 1,425 | 7,06 | 13,73 | 111 |
| Рагу из курицы | 150/50 | | 13,34 | 12,171 | 17,37 | 206 |
| Какао с молоком | 200 | | 3,972 | 2,1 | 25,168 | 130 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 62 |
| Хлеб сельский | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 36 |
| Калорийность | | 66,76 | 22,417 | 22,171 | 89,828 | 585 |

Кадеты

Комплекс № 4

Нед.1 день 2

| Завтрак | Выход | ст-сть | белки | жиры | угл-ды | ККАЛ |
|-----------------------------------|-------|--------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| Каша кукурузная молочная с маслом | 200/5 | | 4,6 | 5,6 | 39,4 | 275,24 |
| Масло сливочное порциями | 10 | | 0,1 | 7,2 | 0,13 | 65,72 |
| Сыр | 10 | | 4,64 | 5,9 | 0,00 | 71,66 |
| 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 | | | 12,32 | 20,5 | 65,59 | 551,82 |

Обед

| | | | | | | |
|---------------------------------|--------|--|---------------|--------------|---------------|---------------|
| Щи из свежей капусты с сметаной | 250/10 | | 5,8 | 9,78 | 8,55 | 142,48 |
| Гуляш из курицы | 50/50 | | 9,664 | 9,68 | 2,24 | 136,53 |
| Макаронны отварные | 200 | | 7,56 | 9,1 | 59,64 | 302 |
| Салат из свежей моркови | 100 | | 1,08 | 0,18 | 8,62 | 40,4 |
| 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 | | | 28,414 | 29,46 | 145,85 | 916,97 |

Полдник

| | | | | | | |
|---------------------|--------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|
| Выпечка | 50 | | 12,64 | 13,81 | 32,76 | 329,1 |
| Чай с сахаром | 200/15 | | 0,02 | 0 | 14 | 28 |
| Калорийность | | | 12,66 | 13,81 | 46,76 | 357,1 |

Итого

260,00

47,397

56,481

202,178

1493,92

Зав.произ

Орш

Н.В.Фахреева