

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

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

Меню  
на 18.04.2025 г.

| Комплекс №1                  |       |              |               |              | День 5       | Нед 2      |
|------------------------------|-------|--------------|---------------|--------------|--------------|------------|
| Начальные классы             | 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         |
| <b>Калорийность</b>          |       | <b>69,43</b> | <b>21,684</b> | <b>23,58</b> | <b>83,81</b> | <b>579</b> |

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          |
| <b>Калорийность</b>              |       |        | <b>14,32</b> | <b>22,9</b> | <b>61,72</b> | <b>522,28</b> |

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         |
| <b>Калорийность</b>     |     |  | <b>25,85</b> | <b>22,38</b> | <b>123,81</b> | <b>760,76</b> |

Полдник

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

289,52

Зав.произ \_\_\_\_\_

Н.В.Фахреева

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

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

Меню  
на 18.04.2025 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 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 |

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

Н.В.Фахреева