

Утверждаю  
 Директор И.В.Савельев



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

Меню  
 на 18.09.2024 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	48
Макароны отварные	150		5,1	4,468	28,5	217
Тефтели из говядины с соусом	60/40		12,78	16,54	8,58	155
Чай черный с сахаром и курягой	200/15/7		0,521	0,005	21,725	83
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	62
<b>Калорийность</b>		<b>66,76</b>	<b>21,713</b>	<b>22,099</b>	<b>83,585</b>	<b>565</b>

Кадеты	Комплекс № 4				День 3. Нед 1	
Завтрак						
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
<b>Калорийность</b>			<b>12,85</b>	<b>8,74</b>	<b>95,49</b>	<b>490,44</b>

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
<b>Калорийность</b>			<b>42,074</b>	<b>22,929</b>	<b>134,05</b>	<b>929,71</b>

Полдник						
Выпечка	50		10,09	12	21,73	243
Сок в розлив	200		0,8	0,8	19,6	84
<b>Калорийность</b>		<b>260,00</b>	<b>10,89</b>	<b>12,8</b>	<b>41,33</b>	<b>327</b>

Итого 66 44 271 1747

Зав.произ

*Н.В. Фахрева*

Н.В.Фахрева

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню  
на 18.09.2024 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
<b>Калорийность</b>			<b>12,85</b>	<b>8,74</b>	<b>95,49</b>	<b>490,54</b>

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
<b>Калорийность</b>			<b>42,074</b>	<b>22,929</b>	<b>134,05</b>	<b>929,71</b>

Полдник

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

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
<b>Калорийность</b>			<b>24,91</b>	<b>18,92</b>	<b>107,13</b>	<b>698,48</b>

2 ужин

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

Итого

280,00

98,224

72,789

398,8

2649,73

Зав.произ

*Фелл*

Н.В.Фахреева