Утверждаю

Директор_____И.В.Савельев

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

Меню

на 26.11.2024 **день 2** **Нед 2**

Начальны классы

Наименование блюд	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Салат из свеклы	60		0,654	3,65	6,72	62
Тефтели 2й вариант из говядины с соусом	60/40		12,78	16,54	8,58	217
Какао с молоком	200		3,6	2,1	25,168	125
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	62
Хлеб сельский	20		1	0,2	9	36
Калорийность		**66,76**	**20,314**	**22,73**	**64,228**	**502**

Комплекс № 4

Завтрак

Каша геркулесовая молочная с маслом	200/5		6,12	5,44	43,93	221,34
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			**9,1**	**7,24**	**69,99**	**360,54**

Обед

Салат из свежей моркови	100		1,08	0,18	8,62	40,4
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	250/10		6,48	6,5	14,17	141,1
Плов из курицы	200/50		23,3	25,8	41,4	491,4
Компот из сухофруктов	200		1,16	0,3	47,26	196,38
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Калорийность			**35,12**	**33,2**	**141,29**	**1015,46**

Полдник

Выпечка	50		10,09	12	21,73	243
Сок в индивидуальной упаковке	200		0,8	0,8	19,6	84
Калорийность			**10,89**	**12,8**	**41,33**	**327**
Итого		**260,00**	**55,11**	**53,24**	**252,61**	**1703**

Зав.произ _____ **Н.В.Фахреева**

Утверждаю

Директор_____И.В.Савельев

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

Меню

на 26.11.2024

Комплекс № 3 - Интернат. **день 2** **нед 2**

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 с молоком	200		1,4	1,6	16,4	86
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			**9,1**	**7,24**	**69,99**	**360,54**

Обед

Салат из свежей моркови	100		1,08	0,18	8,62	40,4
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	250/10		6,48	6,5	14,17	141,1
Плов из курицы	200/50		23,3	25,8	41,4	491,4
Компот из сухофруктов	200		1,16	0,3	47,26	196,38
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Калорийность			**35,12**	**33,2**	**141,29**	**1015,46**

Полдник

Запеканка морковная	180		27	23,9	24,7	398,2
Чай с сахаром	200/15		0,02	0,02	15	60
Калорийность			**27,02**	**23,92**	**39,7**	**458,2**

Ужин

Биточки рыбные	100		12,4	7	15,2	128,6
Картофель тушенный	200		3,81	5,76	30,68	189,8
Салат из отварной свеклы	100		5,8	7,3	8,5	134,6
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			**25,51**	**21,28**	**93,52**	**636,18**

2 ужин

Кисель	200		0	0	42,2	162
Вафли	20		1,7	4,4	12,8	98
Калорийность			**1,7**	**4,4**	**55**	**260**
Итого		**280,00**	**98,45**	**90,04**	**399,5**	**2730,38**

Зав.произ _____ **Н.В.Фахреева**