

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



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

**Меню  
 на 29.01.2025 г.  
 Комплекс № 1**

**день 3 Нед 2**

| Начальные классы                                | Выход  | ст-сть       | белки         | жиры          | угл-ды       | ККАЛ       |
|---|--------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| Салат из свежей моркови                         | 60     |              | 0,738         | 0,054         | 6,89         | 29         |
| Котлеты рубленые из бройлер-<br>цыплят с соусом | 50/30  |              | 13,04         | 14,07         | 9,5          | 197        |
| Каша гречневая рассыпчатая                      | 150    |              | 6,6           | 9             | 33           | 217        |
| Фрукты  | 100    |              | 0,4           | 0,4           | 9,8          | 40         |
| Чай черный с сахаром                            | 200/15 |              | 0,021         | 0,005         | 14,97        | 54         |
| Хлеб сельский                                   | 20     |              | 1             | 0,2           | 9            | 36         |
| <b>Калорийность</b>                             |        | <b>69,43</b> | <b>21,799</b> | <b>23,729</b> | <b>83,16</b> | <b>573</b> |

**Комплекс № 4**

**Завтрак**

|                                    |       |  |              |           |              |               |
|------------------------------------|-------|--|--------------|-----------|--------------|---------------|
| Каша "Дружба" молочная с<br>маслом | 200/5 |  | 8,7          | 12,2      | 37,33        | 296,12        |
| Сыр                                | 20    |  | 4,64         | 6         | 0            | 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          |
| <b>Калорийность</b>                |       |  | <b>16,32</b> | <b>20</b> | <b>63,39</b> | <b>506,98</b> |

**Обед**

|                               |        |  |              |              |              |               |
|-------------------------------|--------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Суп картофельный с вермишелью | 250    |  | 2,98         | 2,83         | 15,7         | 100,13        |
| Салат из свежей капусты       | 100    |  | 1,41         | 5,08         | 9,02         | 87,4          |
| Ленивые голубцы с курицей     | 250/25 |  | 15,77        | 17,1         | 53,98        | 439,23        |
| 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>24,02</b> | <b>25,73</b> | <b>145,5</b> | <b>922,32</b> |

**Полдник**


|                     |     |  |              |           |              |            |
|---------------------|-----|--|--------------|-----------|--------------|------------|
| Кисель              | 200 |  | 0            | 0         | 42,2         | 162        |
| Выпечка             | 50  |  | 10,09        | 12        | 21,73        | 243        |
| <b>Калорийность</b> |     |  | <b>10,09</b> | <b>12</b> | <b>63,93</b> | <b>405</b> |

**Всего 289,52 50,43 57,73 272,82 1834,3**

Зав.произ \_\_\_\_\_

*Н.В. Фахреева*

Н.В. Фахреева


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

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

**Меню**

**на 29.01.2025 г.**

**Комплекс № 3-Интернат**

**день 3 Нед 2**

| <b>Завтрак</b>                  | <b>Выход</b> | <b>ст-сть</b> | <b>белки</b> | <b>жиры</b> | <b>угл-ды</b> | <b>ККАЛ</b>   |
|---------------------------------|--------------|---------------|--------------|-------------|---------------|---------------|
| Каша "Дружба" молочная с маслом | 200/5        |               | 8,7          | 12,2        | 37,33         | 296,12        |
| Сыр                             | 20           |               | 4,64         | 6           | 0             | 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          |
| <b>Калорийность</b>             |              |               | <b>16,32</b> | <b>20</b>   | <b>63,39</b>  | <b>506,98</b> |

**Обед**

|                                |        |  |              |              |              |               |
|--------------------------------|--------|--|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Суп картофельный с вермишелью  | 250    |  | 2,98         | 2,83         | 15,7         | 100,13        |
| Салат из свежей капусты        | 100    |  | 1,41         | 5,08         | 9,02         | 87,4          |
| Ленивые голубцы с мясом курицы | 250/25 |  | 15,77        | 17,1         | 53,98        | 439,23        |
| Компот из сухофруктов          | 200    |  | 1,61         | 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>24,47</b> | <b>25,73</b> | <b>145,5</b> | <b>922,32</b> |

**Полдник**

|                     |     |  |              |           |              |            |
|---------------------|-----|--|--------------|-----------|--------------|------------|
| Кисель              | 200 |  | 0            | 0         | 42,2         | 162        |
| Выпечка             | 50  |  | 10,09        | 12        | 21,73        | 243        |
| <b>Калорийность</b> |     |  | <b>10,09</b> | <b>12</b> | <b>63,93</b> | <b>405</b> |

**Ужин**

|                            |       |  |              |              |               |               |
|----------------------------|-------|--|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Печень, тушенная в соусе   | 50/50 |  | 7,8          | 8,9          | 8,6           | 166,2         |
| Отварные макароны с маслом | 200/5 |  | 7,56         | 9,1          | 59,64         | 302           |
| Напиток из шиповника       | 200   |  | 0,1          | 0            | 24,2          | 93            |
| 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>18,16</b> | <b>18,42</b> | <b>111,98</b> | <b>660,38</b> |

**2 ужин**

|                     |     |  |             |            |             |            |
|---------------------|-----|--|-------------|------------|-------------|------------|
| Ряженка             | 200 |  | 5,8         | 5          | 8,4         | 108        |
| Печенье             | 50  |  | 3,75        | 1,5        | 25,50       | 130        |
| <b>Калорийность</b> |     |  | <b>9,55</b> | <b>6,5</b> | <b>33,9</b> | <b>238</b> |

**301,09**

**Всего**

**78,59**

**82,65**

**418,7**

**2732,68**

Зав.произ \_\_\_\_\_

*Н.В. Фахреева*

**Н.В.Фахреева**