

Утверждаю
 Директор _____ И.В.Савельев

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

Меню
 на 30.09.2023

начальные классы

Комплекс № 1

День 6 Нед 1.

Завтрак	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Салат из белокачанной капусты с яблоками	60		0,073	3,06	6,7	54,06
Картофель тушеный с луком	150		6,135	4,575	21,105	195
Котлеты рубленые из бройлер-цыплят с соусом	50/30		8,04	9,07	9,5	152
Чай с молоком и с сахаром	200		1,52	1,35	15,9	81
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
Калорийность		64,19	19,048	18,495	76,965	597,06

Кадеты

Комплекс № 4

Завтрак

Каша гречневая молочная с маслом	200/5		6,16	5,28	32,79	238,64
Масло сливочное	10		0,1	7,2	0,13	65,72
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			9,24	14,28	58,98	443,56

Обед

Суп картофельный с рисовой крупой	250		6,18	3,3	14,65	113
Капуста тушеная	200		3,7	8,64	46,03	284,7
Биточки рыбные	100		12,4	7	15,2	128,6
Салат из отварной свеклы	100		5,8	7,3	8,5	134,6
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
Калорийность			32,39	26,96	151,18	956,46

Сухой паёк

Булочка домашняя	50		10,09	12	21,73	243
Сок	200		0,8	0,8	19,6	84
Фруктовый десерт	100		0,4	0	10,3	47
Калорийность			11,29	12,8	51,63	374
Итого		235,00	52,92	54,04	261,79	1774,02

Зав.произ

Н.В. Фахреева

Н.В.Фахреева

