


Утверждаю
Директор _____ И.В.Савельев

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

**Меню
на 30.11.2023**

Начальные классы

Комплекс № 1

День 4. Нед 1.

	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
Салат из белокочанной капусты	60		0,786	1,95	3,76	35,8
Картофельное пюре	150		5,06	8,8	20,44	139,23
Биточки рыбные с соусом	50/30		6,88	5,6	9,61	178,93
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7		0,084	0,012	9,87	62
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
Калорийность		64,19	16,09	16,802	67,44	530,96

Кадеты

Комплекс № 4

Завтрак

Суп молочный с вермишелью	250		7,19	6,51	23,55	181,5
Яйцо вареное	1шт.		5,08	4,6	0,28	62,84
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			15,25	12,91	49,89	383,54

Обед

Салат из отварной свеклы	100		1,43	6,09	8,36	93,9
Суп овощной с фрикадельками	250/10		5,44	8,58	14,3	108,5
Фрикадельки	10		1,7	1,24	0,11	22,27
Плов с курицей	200/50		25,38	21,25	44,61	471,25
Кисель	200		0	0	42,2	162
Хлеб сельский	50		1,12	0,22	9,88	45,98
Хлеб пшеничный	50		1,58	0,2	9,66	53,2
Калорийность			36,65	37,58	129,12	957,1

Полдник

Сок	200		0,8	0,8	19,6	84
Выпечка	50		10,09	12	21,73	243
Калорийность			10,89	12,8	41,33	327
Итого		235,0	62,79	63,29	220,34	1667,64

Зав.произ _____


Н.В.Фахреева

