

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню  
на 31.01.2024 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	51,85
Макароны отварные	150		5,1	4,468	28,5	187
Тефтели из говядины с соусом	60/40		12,78	16,54	8,58	149,09
Чай черный с сахаром и курягой	200/15/7		0,521	0,005	21,725	88
Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
<b>Калорийность</b>		<b>66,76</b>	<b>22,713</b>	<b>22,299</b>	<b>92,585</b>	<b>590,94</b>

Кадеты Завтрак	Комплекс № 4			День 3. Нед 1		
	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	53,1
<b>Калорийность</b>			<b>12,85</b>	<b>8,74</b>	<b>95,49</b>	<b>490,44</b>

Обед						
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
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						
	Выход	ст-сть	белки	жиры	угл-ды	ККАЛ
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. Фахреева*

Н.В.Фахреева

Директор \_\_\_\_\_ **И.В.Савельев**



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

**Меню  
на 31.01.2024 г.**

**Комплекс № 3 - Интернат.**

**День 3. Нед 1**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход</b>	<b>ст-сть</b>	<b>белки</b>	<b>жиры</b>	<b>угл-ды</b>	<b>ККАЛ</b>
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 \_\_\_\_\_

*Handwritten signature*

**Н.В.Фахреева**