

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню

на 12.11.2025 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

Директор

Утверждаю

И.В.Савельев

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

Меню

на 12.11.2025 г.

Комплекс № 3-Интернат

день 3 Нед 2

| Завтрак                         | Выход  | ст-сть        | белки        | жиры         | угл-ды        | ККАЛ           |
|---------------------------------|--------|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 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>     |
| <b>Всего</b>                    |        | <b>301,09</b> | <b>78,59</b> | <b>82,65</b> | <b>418,7</b>  | <b>2732,68</b> |

Зав.произ

Н.В.Фахреева