

II нед (12 день)

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор Донского казачьего
кадетского корпуса Рембайло А.А.
«20» 05 2015 г.

МЕНЮ
На «23» 05 2015 г.

№	ЗАВТРАК	5-8 класс		9-11 класс	
		ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал
1	Каша вязкая пшенная	200	210	320	316
2	Масло сливочное (порциями)	20	132	20	132
3	Яйцо варенное	40	63	40	63
4	Какао с молоком	200	164,4	200	171
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
7					
	Итого:	560	804,6	705	976
2-Й ЗАВТРАК					
1	Свежие фрукты яблоки	380	179	380	179
2	Итого:	380	179	380	179
ОБЕД					
1	Салат из свеклы с сыром и чесноком	150	158,44	160	169
2	Суп с рыбными консервами	250	226,67	300	200
3	Курица отварная	120	289	150	361,25
4	Картофель в молоке	200	169	200	169
5	Компот из смеси сухофруктов	200	47	200	47
6	Хлеб ржаной	120	208,8	150	261
7					
8					
9	Итого:	1040	1098,91	1160	1207,25
ПОЛДНИК					
1	Сок фруктовый (яблочный)	200	98	200	98
2	Сухофрукты - курага	100	246,67	100	246,67
3	Печенье песочное с яблоком	40	83	50	104
4	Итого:	340	427,67	350	448,67
УЖИН					
1	Салат из смеси помидоров со сладким перцем	150	64,69	160	69
2	Рыба тушеная в томате с овощами	120	194	150	202
3	Макаронные изделия отварные со слив. маслом	170	204	250	324
4	Сыр порциями	25	100	40	160
5	Чай с сахаром	200	19	200	19
6	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
	Итого:	765	816,89	925	1068
2-Й УЖИН					
1	Йогурт	200	125	200	125
2	Итого:	200	125	200	125
	Общее итог:	3285	3452,07	3720	4003,92

Составила диет. сестра

С.А. Таран