

Составила диет. сестра *Шарова* С.А. Тарап

№	ЗАВТРАК	5-8 класс	9-11 класс	
	ВЫХОД, г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД, г	
	Эн.цен, ккал		Эн.цен, ккал	
1	Каша вязкая пшеничая	200	320	316
2	Масло сливочное (порциями)	20	132	132
3	Яйцо варенное	40	63	63
4	Какао с молоком	200	164,4	171
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	294
<b>Итого:</b>				
		560	804,6	705
<b>2-й ЗАВТРАК</b>				
1	Свежие фрукты	380	179	179
<b>Итого:</b>				
		380	179	179
<b>ОБЕД</b>				
1	Суп с рыбными консервами	250	226,67	200
2	Курница отварная	120	289	361,25
3	Картофель в молоке	200	169	169
4	Салат из свежих овощей с сыром и чесноком	150	158,44	169
5	Компот из смеси сухофруктов	200	47	47
6	Хлеб ржаной	120	208,8	261
<b>Итого:</b>				
		1040	1098,91	1160
<b>ПОЛДНИК</b>				
1	Сок фруктовый (яблочный)	200	85	85
2	Сухофрукты	100	246,67	246,67
3	Печенье	40	83	104
<b>Итого:</b>				
		340	414,67	350
<b>УЖИН</b>				
1	Рыба тушеная в томате с овощами	120	194	150
2	Макаронные изделия отварные со слив. маслом	170	204	224
3	Салат из смеси помидоров со сладким перцем	150	64,69	69
4	Сыр порциями	25	100	160
5	Чай с сахаром	200	19	19
6	Хлеб пшеничный	100	235,2	294
<b>Итого:</b>				
		765	816,89	925
<b>2-й УЖИН</b>				
1	Пюре	200	125	125
<b>Итого:</b>				
		200	125	125
<b>Общее Итого:</b>				
		3285	3439,07	3720
				3890,92

«УТБЕРЖАЮ»  
 Директор Донского казачьего  
 кадетского корпуса Рембидно А.А.  
 03 2026 г.



МЕНЮ  
 На 03 03 2026 г.

11.03 (12.03.2026)