

I нед (5 день)



«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор Донского казачьего  
 кадетского корпуса Рембайло А.А.  
 «20» 06 2016 г.

МЕНЮ  
 На «27» 06 2016 г.

№	ЗАВТРАК	5-8 класс		9-11 класс	
		ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал
1	Омлет с зеленым горошком	150	172	150	172
2	Масло сливочное (порциями)	20	132	10	66
3	Икра кабачковая	40	134	100	110
4	Какао с молоком	200	164,4	200	171
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	100	235,2
6					
7	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>837,6</b>	<b>560</b>	<b>754,2</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>					
1	Свежие фрукты <i>яблоки</i>	380	179	380	179
2	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>179</b>	<b>380</b>	<b>179</b>
<b>ОБЕД</b>					
1	Салат из свежих огурцов <i>огурцы</i>	150	54,38	160	58
2	Суп с рыбными консервами	250	226,67	300	320
3	Котлеты из говядины с маслом	170	495	170	495
4	Капуста тушеная (белокочанная)	230	157,46	260	178
5	Компот из смеси сухофруктов	200	47	200	47
6	Хлеб ржаной	120	208,8	150	261
8	<b>Итого:</b>	<b>1120</b>	<b>1189,31</b>	<b>1240</b>	<b>1359</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
1	Сок овощной (томатный)	200	33	200	33
2	Сдоба обыкновенная <i>пирожки</i>	50	131	50	131
3	Сухофрукты <i>курага</i>	90	222	90	222
4	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>386</b>	<b>340</b>	<b>386</b>
<b>УЖИН</b>					
1	Салат из белокочанной капусты	150	96,56	160	103
2	Фрикадельки рыбные	120	232	150	290
3	Картофель в молоке	200	168,8	250	211
4	Чай с лимоном	200	19	200	19
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
6					
	<b>Итого:</b>	<b>770</b>	<b>751,56</b>	<b>885</b>	<b>917</b>
<b>2-Й УЖИН</b>					
1	Кефир	200	100	200	100
2	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>100</b>
	<b>Общее итог:</b>	<b>3320</b>	<b>3443,47</b>	<b>3605</b>	<b>3695,2</b>

Составила диет. сестра *Таран* С.А. Таран