

1 нед (1 день)



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор Донского казачьего кадетского корпуса Рембайло А.А.

К 13.04.2016

МЕНЮ  
На 13.04.2016.

№	ЗАВТРАК	5-8 класс		9-11 класс	
		ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал	ВЫХОД,г	Эн.цен, ккал
1	Каша манная молочная жидкая	200	255	320	308
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	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>849,6</b>	<b>705</b>	<b>968</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 картофельный с огурцами солеными и квашенной капустой	150	91	160	91
2	Рассольник ленинградский	250	123,33	300	112
3	Говядина тушенная с черносливом	140	320,35	170	389
4	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	240	250	300
5	Компот из свежих плодов (яблок)	200	67	200	67
6	Хлеб ржаной	120	208	150	261
7	Сыр (порциями)	30	120	37	148
8	<b>Итого:</b>	<b>1090</b>	<b>1169,68</b>	<b>1267</b>	<b>1368</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
1	Сок овощной (томатный)	200	33	200	33
2	Сухофрукты <i>курага</i>	100	246,67	90	222
4	<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>279,67</b>	<b>290</b>	<b>255</b>
<b>УЖИН</b>					
1	Салат из свежих огурцов	150	54,38	160	58
2	Биточки рыбные (минтай)	120	233	150	292
3	Отварные макаронные изделия с маслом сливочным	180	216	250	324
4	Чай с лимоном	200	19	200	19
5	Хлеб пшеничный	100	235,2	125	294
6	Печенье <i>сдоба овсяная</i>	40	83,2	60	124,8
7	<b>Итого:</b>	<b>790</b>	<b>840,78</b>	<b>945</b>	<b>1111,8</b>
<b>2-Й УЖИН</b>					
1	Ряженка	200	102	200	102
2	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>102</b>	<b>200</b>	<b>102</b>
<b>Общее итог:</b>		<b>3320</b>	<b>3420,73</b>	<b>3787</b>	<b>3983,8</b>

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