

УТВЕРЖДАЮ
И.о директора КГБОУ «Канский
морской кадетский корпус»

О.В Гаврилов

«21» Сентября 2023г.

Меню

На «22» Сентября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
Завтрак	Гр/ккал	Гр/ккал
Суп молочный с гречневой крупой	250/162,5	280/182,0
Сыр	15/54	20/72
Масло сливочное	15/99	20/132
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Кофейный напиток с молоком	200/88	200/88
Обед		
Винегрет овощной	120/73,0	150/91,0
Суп из овощей с фасолью и мясом	250/15/151,3	250/30\165,6
Кальмары тушёные в соусе	70/50\202,5	100/50\253,2
Картофельное пюре	230/245,71	250/267,0
Компот из кураги	200/72	200/72
Хлеб	125/288,9	150/347
Полдник		
Булочка «Ярославская»	90/260,0	90/260,0
Сок	200/75,0	200/75,0
Сухофрукты (порциями)	130/282,0	130/282,0
Ужин		
Салат картофельный с кукурузой	120/140	150/175,5
Котлеты из говядины со сметанным соусом	120/25\324,89	150/50\419,37
Макароны отварные	180/291,6	250/317,0
Чай с сахаром	200/38	200/38
Хлеб	125/288,9	150/347
Пирожок с капустой	125/245	125/245
2 Ужин		
Кисломолочный продукт	202/107,06	202/107,06

Зав. Столовой

Калькулятор

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

УТВЕРЖДАЮ

И.о директора КГБОУ «Канский
морской кадетский корпус»

О.В Гаврилов

«22» Сентября 2023г.

Меню
На «23» Сентября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
Завтрак	Гр/ккал	Гр/ккал
Каша молочная «Дружба»	250/239	280/268
Сыр	15/54	20/72
Масло сливочное	15/99	20/132
Яйцо отварное	40/63	40/63
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Кофейный напиток с молоком	200/88	200/88
Обед		
Овощи консервированные	150/16,5	150/16,5
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/30\179,0	250/30\179,0
Бигус с цыпятами	350/50\389,0	350/50\389,0
Компот из сухофруктов	200/84,0	200/84,0
Хлеб	125/288,9	145/335,66
Полдник		
Кондитерские изделия	100/530,0	100/530,0
Сок	200/75	200/75
Ужин		
Салат из свежих помидор с фасолью	150/77,7	150/77,7
Запеканка картофельная с мясом	350/496,6	350/496,6
Чай с сахаром	200/38	200/38
Хлеб	125/288,9	150/347,0
Ватрушка с фруктовым сладким фаршем	100/276,0	100/276,0
2 Ужин		
Кисломолочный продукт	198/104,94	198/104,94

Зав. Столовой

Калькулятор

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

УТВЕРЖДАЮ
И.о директора КГБОУ «Канский
морской кадетский корпус»

 О.В Гаврилов

«22» Сентября 2023г.

Меню

На «24» Сентября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
Завтрак	Гр/ккал	Гр/ккал
Омлет натуральный	250/326	250/326
Сыр	15/54	20/72
Масло сливочное	15/99	20/132
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Кофейный напиток с молоком	200/88	200/88
Обед		
Овощи свежие	150/16,5	150/16,5
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы	235/15\130	285/15\158,6
Мясо тушёное	100/50\227,0	100/50\227,0
Каша перловая	230/222,6	250/242,0
Компот из кураги	200/72,0	200/72,0
Хлеб	125/288,9	145/335,66
Полдник		
Блинчики с маслом	150/10\476,0	150/10\476,0
Сок	200/75,0	200/75,0
Ужин		
Салат из свеклы с черносливом	120/136,8	150/171,0
Рыба тушённая в томате с овощами	120/100\187,2	150/100\234,0
Картофельное пюре (фасоль консервированная)	230/35\221,0	250/60\265,0
Чай с сахаром и лимоном	200/40,0	200/40,0
Хлеб	125/288,9	150/347,0
Пирожок с изюмом	100/247	100/247
2 Ужин		
Кисломолочный продукт	204/108,12	204/108,12

Зав. Столовой

Калькулятор

 Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

УТВЕРЖДАЮ
И.о директора КГБОУ «Канский
морской кадетский корпус»

О.В Гаврилов

«22» Сентября 2023г.

Меню

На «25» Сентября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
Завтрак	Гр/ккал	Гр/ккал
Каша рисовая молочная	250/286,3	280/300,3
Сыр	15/54,0	20/72,0
Масло сливочное	15/99	20/132
Яйцо отварное	40/63	40/63
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Какао с молоком	200/94	200/94
Обед		
Салат мясной	150/232,0	150/232,0
Борщ из св.капусты с картофелем и цыплятами и со сметаной	250/15/10\112,1	250/15/15\118,8
Поджарка из рыбы	120/180	150/225
Картофель отварной (зелёный горошек)	230/35\221,0	250/60\265,0
Компот из чернослива	200/78,0	200/78,0
Хлеб	125/288,9	145/335,66
Полдник		
Ватрушка с фруктовым сладким фаршем	100/276	100/276
Сок	200/75	200/75
Сухофрукты (порциями)	130/282,0	130/282,0
Ужин		
Маринад овощной с томатом	120/170,24	150/212,8
Котлеты из говядины с красным соусом	120/30\331,2	150/30\408,0
Макаронны отварные	180/291,6	250/317
Чай с сахаром	200/38	200/38
Хлеб	125/288,9	150/347
Кондитерские изделия	100/530,0	100/530,0
2 Ужин		
Кисломолочный продукт	203/107,59	203/107,59

Зав. Столовой

Калькулятор

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева