

УТВЕРЖДАЮ

И.о директора КГБОУ «Канский  
морской кадетский корпус»

*О.В. Гаврилов*  
О.В Гаврилов

«04» Октября 2023г.

# Меню

На «05» Октября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
<b>Завтрак</b>	<b>Гр/ккал</b>	<b>Гр/ккал</b>
Каша пшённая молочная	250/299,0	280/335,8
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
<b>Обед</b>		
Сельдь с луком	100/140,0	150/210,0
Свекольник с мясом птицы и со сметаной	250/15/10\172,6	250/15/15\179,0
Голубцы ленивые с молочным соусом	120/50\200,6	150/50\240,1
Картофель отварной (зелёный горошек)	230/35\221,0	230/60\265,0
Кисель из кураги	200/124,0	200/124,0
Хлеб	125/288,9	145/335,66
Фрукты	196/74,48	196/74,48
<b>Полдник</b>		
Сырники из творога со сгущённым молоком	200/28\421,0	220/28\463,5
Сок	200/75	200/75
<b>Ужин</b>		
Салат из свежих помидор и огурцов	150/109,5	150/109,5
Цыплята тушённые в соусе с овощами	160/329,0	160/329,0
Капуста тушёная	230/165,6	250/180,0
Чай с сахаром	200/38	200/38
Хлеб	125/288,9	150/347
Кондитерские изделия	100/530,0	100/530,0
Фрукты	109/41,42	109/41,42
<b>2 Ужин</b>		
Кисломолочный продукт	204-206/108,12-109,18	206/109,18

Зав. Столовой

Калькулятор

*Т.А. Шкабарова*  
Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

УТВЕРЖДАЮ

И.о директора КГБОУ «Канский  
морской кадетский корпус»

О.В Гаврилов

«06» Октября 2023г.

# Меню

На «07» Октября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
<b>Завтрак</b>	<b>Гр/ккал</b>	<b>Гр/ккал</b>
Каша молочная «Дружба»	250/239	280/268
Сыр	15/54	20/72
Джем	22/52,8	22/52,8
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Кофейный напиток с молоком	200/88	200/88
<b>Обед</b>		
Овощи свежие	150/16,5	150/16,5
Суп картофельный с рисом и цыплятами	250/15\164,3	250/15\164,3
Бигус с цыплятами	350/50\389,0	350/50\389,0
Компот из сухофруктов	200/84,0	200/84,0
Хлеб	125/288,9	145/335,66
<b>Полдник</b>		
Кондитерские изделия	100/530,0	100/530,0
Сок	200/75	200/75
Фрукты	117/44,46	117/44,46
<b>Ужин</b>		
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
Фрукты	187/71,06	187/71,06
<b>2 Ужин</b>		
Кисломолочный продукт	202/107,06	202/107,06

Зав. Столовой

Калькулятор

*Белослудцева*

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

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

О.В Гаврилов

«06» Октября 2023г.

**Меню**  
На «08» Октября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
<b>Завтрак</b>	<b>Гр/ккал</b>	<b>Гр/ккал</b>
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
<b>Обед</b>		
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
Фрукты	204/77,52	204/77,52
<b>Полдник</b>		
Блинчики с маслом	150/10\476,0	150/10\476,0
Сок	200/75,0	200/75,0
<b>Ужин</b>		
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	200/38,0	200/38,0
Хлеб	125/288,9	150/347,0
Пирожок с изюмом	100/247	100/247
Фрукты	100/141	100/141
<b>2 Ужин</b>		
Кисломолочный продукт	200/106,0	200/106,0

Зав. Столовой

Калькулятор

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева

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

О.В Гаврилов

«06» Октября 2023г.

# Меню

На «09» Октября 2023г.

Наименование блюд	Выход готового блюда	
	С 5-8 класс	С 9-11 класс
<b>Завтрак</b>	<b>Гр/ккал</b>	<b>Гр/ккал</b>
Каша рисовая молочная	250/286,3	280/300,3
Сыр	15/54,0	20/72,0
Яйцо отварное	40/63	40/63
Хлеб пшеничный/батон	35/30\151,97	35/30\151,97
Какао с молоком	200/94	200/94
<b>Обед</b>		
Салат мясной	150/232,0	150/232,0
Борщ из св.капусты с картофелем с мясом птицы 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
Фрукты	233/88,54	233/88,54
<b>Полдник</b>		
Ватрушка с фруктовым сладким фаршем	100/276	100/276
Сок	200/75	200/75
Сухофрукты (порциями)	130/282,0	130/282,0
<b>Ужин</b>		
Маринад овощной с томатом	120/170,24	150/212,8
Котлеты из говядины с красным соусом	120/30\331,2	150/30\408,0
Макароньы 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
Фрукты	106/40,28	106/40,28
<b>2 Ужин</b>		
Кисломолочный продукт	201/106,53	201/106,53

Зав. Столовой

Калькулятор

Т.А Шкабарова

О.В Белослудцева