Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Крым «Кадетская школа-интернат «Крымский кадетский корпус»

**Меню на 28.10.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Омлет натуральный | 53 | 112 |
| Зеленый горошек | 42 | 17 |
| Каша овсяная молочная | 200/10 | 285 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| Яблоко | 200 | 94 |
| **2 завтрак** | Пирожок с творогом | 100 | 271 |
| Кефир | 196 | 98 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Суп картофельный с макаронами | 300 | 120 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 83 |
| Рыба тушеная с овощами | 115/110 | 237 |
| Картофельное пюре  | 250 | 182,8 |
| Капуста тушеная | 150 | 124 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 128 |
| **Полдник**  | Вафли  | 44 | 269 |
| Сок | 202 | 85 |
| Фрукты (мандарин) | 200 | 76 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное  | 10 | 66 |
| Сыр российский | 30 | 108 |
| Печень тушеная в соусе | 85/80 | 215 |
| Каша перловая рассыпчатая | 180 | 220 |
| Пюре из свеклы | 150 | 44 |
| Чай с лимоном | 150/50 | 81 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |