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

**Меню на 20.11.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Омлет с морковью | 65 | 122 |
| Зеленый горошек | 44 | 16 |
| Суп молочный | 300 | 180 |
| Кофейный напиток | 200 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Пудинг | 140 | 267 |
| Кефир | 187 | 100 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Салат из картофеля с зеленым луком | 100 | 106 |
| Суп картофельный с горохом | 300 | 173 |
| Мясо отварное | 79 | 231 |
| Капуста тушеная | 1400 | 154 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| Яблоко | 200 | 94 |
| **Полдник** | Блины | 100 | 196 |
| Сок | 193 | 106 |
| Бананы | 200 | 192 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 20 | 72 |
| Сельдь соленая | 52,5 | 87 |
| Картофель жареный | 250/38 | 320 |
| Мясо куриное | 41 | 134 |
| Морковь припущенная | 100 | 76 |
| Чай с молоком | 150/50 | 81 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |