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

**Меню на 21.11.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Яйцо вареное | 40 | 63 |
| Зеленый горошек | 40 | 16 |
| Каша молочная пшен. | 200/10 | 285 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 800 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Пирожок с творогом | 100 | 71 |
| Кефир  | 198 | 100 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Расольник ленин. со сметаной | 300/19 | 141 |
| Мясо куриное  | 41 | 83 |
| Рыба жареная | 118/12 | 253 |
| Картофельное пюре | 250 | 182,8 |
| Капуста припущенная | 150 | 107 |
| Компот их с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Печенье | 44 | 207 |
| Сок | 196 | 106 |
| Фрукты (банан) | 200 | 192 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 20 | 72 |
| Язык отварной в соусе | 83/43 | 196 |
| Макароны отварные | 191/9 | 260 |
| Икра морковная | 150 | 137 |
| Чай с молоком | 150/50 | 81 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
|  | Яблоко | 200 | 94 |