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

**Меню на 22.12.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 30 | 108 |
| Яйцо вареное | 40 | 63 |
| Кукуруза консервирован. | 42 | 16 |
| Каша манная с молоком | 250/12 | 314 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Сырники из творога | 123 | 349 |
| Ряженка | 199 | 102 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Суп картофельный с пшеном | 300 | 103 |
| Мясо куриное | 41 | 83 |
| Биточки рыбные | 100 | 131 |
| Картофельное пюре | 250 | 183 |
| Капуста тушеная | 150 | 124 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Булочка (плюшка) | 50 | 131 |
| Сок | 196 | 106 |
| Фрукт (банан) | 200 | 192 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сердце тушеное в соусе | 72/70 | 216 |
| Макароны отварные | 191/8 | 260,3 |
| Морковь припущенная | 250 | 114 |
| Чай с лимоном | 200/9 | 42 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
| Яблоко | 150 | 94 |