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

**Меню на 29.12.2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Яйцо вареное | 20 | 32 |
| Пюре из моркови | 120 | 137 |
| Каша рисовая молочная | 200/10 | 251 |
| Кофейный напиток | 200 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Ленивые вареники со сметаной | 130/12 | 203 |
| Ряженка | 198 | 100 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Щи из свежей капусты | 300 | 101 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 83 |
| Биточки рыбные  | 100 | 130 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 192/12 | 309,1 |
| Свекла вареная | 150 | 72 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 82 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Булочка (плюшка) | 50 | 131 |
| Сок | 199 | 106 |
| Бананы | 200 | 192 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сердце тушеное | 72/70 | 216 |
| Картофельное пюре | 250 | 410 |
| Огурцы соленые | 51 | 5,0 |
| Чай с лимоном | 150/10 | 81 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
| Яблоко | 200 | 94 |