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

**Меню на 10.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Яйцо вареное | 20 | 32 |
| Макароны отварные с сыром | 150/30 | 309 |
| Кукуруза консер. | 42 | 16 |
| Кофейный напиток | 200 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Вареники ленивые со сметаной | 126/16 | 203 |
| Ряженка | 201 | 102 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Сельдь соленая с картофелем | 52,5/51 | 87 |
| Суп картофельный с горохом | 300 | 173 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 83 |
| Мясо тушеное | 72/72 | 324 |
| Каша пшеничная рассыпчатая | 175/11 | 300,6 |
| Морковь припущенная | 150 | 114 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 96 |
| **Полдник**  | Булочка | 50 | 131 |
| Сок | 157 | 106 |
| Фрукты (бананы) | 200 | 192 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Котлета рыбная | 100 | 131 |
| Картофель в молоке | 250 | 225 |
| Свекла вареная | 150 | 72 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 52 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
| Яблоко  | 200 | 94 |