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

**Меню на 11.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Омлет натуральный | 58 | 112 |
| Зеленый горошек | 42 | 16 |
| Суп молочный с макаронами | 300 | 180 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| Яблоко | 200 | 94 |
| **2 завтрак** | Пирожок с картофелем | 100 | 232 |
| Кефир | 200 | 100 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Борщ с капустой | 300 | 118 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 83 |
| Гуляш из мяса | 76/76 | 336 |
| Картофель отварной | 250 | 262 |
| Капуста квашеная | 100 | 86 |
| Компот и с/ф | 200 | 183 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Вафли | 44 | 269 |
| Сок | 197 | 85 |
| Фрукты (мандарины) | 200 | 76 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Поджарка из рыбы | 119/35 | 282 |
| Каша гречневая рассыпч | 150/10 | 280 |
| Морковь вареная | 150 | 72 |
| Чай с молоком | 150 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |