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

**Меню на 18.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 30 | 108 |
| Макароны отварные | 217/9 | 286 |
| Кукуруза консервирован. | 42 | 16 |
| Кофейный напиток | 201 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 45 |
| Яблоко | 200 | 94 |
| **2 завтрак** | Пирожок с картофелем | 100 | 252 |
| Кефир | 198 | 100 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Суп картофельный с фасолью | 300 | 173 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 83 |
| Мясо отварное | 74 | 271 |
| Капуста тушеная | 200 | 154 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Пряники | 44 | 166 |
| Сок | 196 | 85 |
| Мандарин | 200 | 76 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Омлет с морковью | 65 | 122 |
| Рыба припущенная | 115/11 | 173 |
| Картофель в молоке | 250 | 225 |
| Свекла тушеная в сметанном соусе  | 150 | 192 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |