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

**Меню на 29.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 20 | 72 |
| Омлет паровой | 55 | 118 |
| Зеленый горошек | 43 | 16 |
| Каша манная | 200/10 | 251 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Пудинг из творога | 140 | 267 |
| Ряженка | 201 | 102 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Обед** | Салат из картофеля с луком | 100 | 106 |
| Борщ с картофелем | 300 | 140,5 |
| Голубцы с рисом и мясом | 360 | 408 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 96 |
| Яблоко | 200 | 94 |
| **Полдник** | Оладьи | 100 | 303 |
| Сок | 205 | 85 |
| Мандарин | 200 | 74 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сельдь соленая | 52,5 | 87 |
| Картошка отварная с луком | 250/38 | 320 |
| Мясо куриное вареное | 41 | 134 |
| Морковь припущенная | 120 | 114 |
| Чай с молоком | 150/50 | 81 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |