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

**Меню на 30.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 20 | 72 |
| Каша молочная из гречневой крупы | 250 | 368,7 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | 101 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 49 |
| **2 завтрак** | Пирожок с картофелем | 100 | 232 |
| Кефир | 198 | 100 |
| Изюм | 40 | 121 |
| **Обед** | Чеснок | 9 | 7 |
| Суп из овощей | 300 | 90 |
| Мясо куриное вареное | 40 | 83 |
| Рыба жареная | 118/12 | 253 |
| Картофель отварной | 250 | 262 |
| Икра свекольная | 150 | 279 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник**  | Зефир | 44 | 161 |
| Сок | 196 | 85 |
| Мандарин | 200 | 76 |
| Орехи | 30 | 185 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Драчена | 50 | 103 |
| Язык отварной в соусе | 83/43 | 196 |
| Макароны отварные | 211/9 | 287 |
| Морковь отварная | 150 | 72 |
| Чай с лимоном | 100/9 | 42 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
| Яблоко | 190 | 66 |