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

**Меню на 31.01.2023**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порций** | **Калорийность порций** |
| **Завтрак** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Сыр российский | 20 | 72 |
| Яйцо вареное | 40 | 63 |
| Зеленый горошек | 40 | 16 |
| Суп молочный с макаронами | 300 | 180 |
| Какао на молоке | 200 | 125 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 115 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 45 |
| **2 завтрак** | Сырники из творога | 124/20 | 351 |
| Ряженка | 201 | 102 |
| Изюм | 40 | 151 |
| **Обед** | Сельдь с луком | 52/25 | 87 |
| Суп картофельный | 300 | 120,4 |
| Мясо куриное | 41 | 83 |
| Плов из мяса | 76/200 | 592 |
| Капуста квашеная | 100 | 86 |
| Компот из с/ф | 200 | 133 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 144 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 70 | 98 |
| **Полдник** | Булочка | 50 | 131 |
| Сок | 197 | 106 |
| Бананы | 200 | 192 |
| Орехи | 300 | 185 |
| **Ужин** | Масло сливочное | 10 | 66 |
| Котлеты рыбные | 100 | 131 |
| Картофельное пюре с луком | 250/25 | 350 |
| Морковь припущенная | 150 | 114 |
| Чай с лимоном | 200/9 | 42 |
| Хлеб пшеничный | 52 | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 70 |
| Яблоко | 190 | 94 |