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

**Меню на 10.10.2023**

|  |
| --- |
| **вторник (2ая неделя)** |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Выход блюда, г** | **Эн. ценность, ккал** |
| **Завтрак** | **Масло сливочное** | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Сыр порциями** | **20** | **20** | **72,0** |
|  | **Яйца вареные**  | **40** | **40** | **63,0** |
|  | **Горошек зеленый конс. отварной** | **40** | **40** | **25,5** |
|  | **Суп молочный с макаронными изделиями** | **300** | **300** | **180,0** |
|  | **Какао с молоком** | **200** | **200** | **118,60** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **80** | **80** | **332,0** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30** | **30** | **57,0** |
| **Итого** |  |  | **720** | **914,1** |
| **2 завтрак** | **Сырники из творога** | **120** | **120** | **304,8** |
|  | **Сметана** | **19** | **19** | **29,93** |
|  | **Ряженка** | **200** | **200** | **100** |
|  | **Изюм (порциями)** | **40** | **40** | **75,20** |
| **Итого** |  |  | **379** | **509,9** |
| **Обед** | **Сельдь с луком** | **52/25** | **77** | **238,70** |
|  | **Салат из квашеной капусты**  | **100** | **100** | **85,7** |
|  | **Суп картофельный** | **300** | **300** | **136,80** |
|  | **Птица отвраная** | **41** | **41** | **107,42** |
|  | **Плов из говядины** | **276** | **276** | **592,48** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **100** | **100** | **415,0** |
|  | **Хлеб ржаной** | **70** | **70** | **133,0** |
|  | **Компот из смеси сухофруктов**  | **200** | **200** | **132,80** |
| **Итого** |  |  | **1164** | **1841,9** |
| **Полдник** | **Сдоба обыкно-венная(Плюшка)** | **50** | **50** | **131,0** |
|  | **Бананы** | **200** | **200** | **192,0** |
|  | **Орехи** | **30** | **30** | **211,20** |
|  | **Сок в ассортименте** | **200** | **200** | **84,80** |
| **Итого** |  |  | **480** | **619,0** |
| **Ужин**  | **Масло сливочное** | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Котлета из рыбы** | **100** | **100** | **189,90** |
|  | **Картофельное пюре с луком** | **250/25** | **275** | **350,0** |
|  | **Морковь припущенная** | **150** | **150** | **64,5** |
|  | **Яблоки** | **190** | **190** | **89,3** |
|  | **Чай с лимоном** | **200/9** | **209** | **58,4** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **52** | **52** | **215,8** |
|  | **Хлеб ржаной** | **50** | **50** | **95,0** |
| **Итого** |  |  | **1036** | **1128,9** |