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

**Меню на 21.12.2023**

|  |
| --- |
| **четверг (2ая неделя)** |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Выход блюда, г** | **Эн. ценность, ккал** |
| **Завтрак** | **Масло сливочное** | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Яйца вареные**  | **20** | **20** | **31,5** |
|  | **Пюре из моркови** | **120** | **120** | **109,2** |
|  | **Каша жидкая молочная из риса** | **200/10** | **210** | **251,0** |
|  | **Кофейный напиток с молоком**  | **200** | **200** | **100,6** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **80** | **80** | **332,0** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30** | **30** | **57,0** |
| **Итого** |  |  | **670** | **947,3** |
| **2-ой завтрак** | **Вареники ленивые отварные** | **130** | **130** | **231,4** |
|  | **Сметана** | **10** | **10** | **15,75** |
|  | **Ряженка** | **200** | **200** | **100** |
|  | **Орехи** | **30** | **30** | **211,20** |
| **Итого** |  |  | **370** | **558,35** |
| **Обед** | **Чеснок очищ. (порц.)** | **9** | **9** | **9,54** |
|  | **Щи из св. капусты с картофелем** | **300** | **300** | **107,70** |
|  | **Птица отвраная** | **41** | **41** | **107,42** |
|  | **Биточки из рыбы** | **100** | **100** | **189,90** |
|  | **Каша гречневая рассыпчатая** | **192/12** | **204** | **544,0** |
|  | **Свекла отварная** | **150** | **150** | **72,0** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **82** | **82** | **340,3** |
|  | **Хлеб ржаной** | **70** | **70** | **133,0** |
|  | **Компот из смеси сухофруктов**  | **200** | **200** | **132,80** |
| **Итого** |  |  | **1156** | **1636,66** |
| **Полдник**  | **Сдоба обыкновенная (плюшка)** | **50** | **50** | **131,0** |
|  | **Бананы** | **200** | **200** | **192,0** |
|  | **Изюм (порциями)** | **40** | **40** | **75,20** |
|  | **Сок в ассортименте** | **200** | **200** | **84,80** |
| **Итого** |  |  | **490** | **483,00** |
| **Ужин** | **Масло сливочное**  | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Огурец соленый** | **50** | **50** | **5,0** |
|  | **Сердце в соусе** | **72/70** | **142** | **215,8** |
|  | **Картофель жареный (из отварного)** | **250** | **250** | **410,00** |
|  | **Кукуруза сладкая конс. отварная** | **40** | **40** | **55,9** |
|  | **Яблоки** | **200** | **200** | **94,0** |
|  | **Чай с молоком** | **150/50** | **200** | **75,4** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **70** | **70** | **290,5** |
|  | **Хлеб ржаной** | **50** | **50** | **95,0** |
| **Итого** |  |  | **1012** | **1307,61** |