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

**Меню на 21.01.2024**

|  |
| --- |
| **воскресенье (2ая неделя)** |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Выход блюда, г** | **Эн. ценность, ккал** |
| **Завтрак** | **Масло сливочное** | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Омлет с морковью** | **65** | **65** | **96,4** |
|  | **Горошек зеленый конс. отварной** | **40** | **40** | **25,5** |
|  | **Суп молочный с макаронными изд.** | **300** | **300** | **180,0** |
|  | **Кофейный напиток с молоком**  | **200** | **200** | **100,6** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **80** | **80** | **332,0** |
|  | **Хлеб ржаной** | **30** | **30** | **57,0** |
| **Итого** |  |  | **725** | **857,5** |
| **2-ой завтрак** | **Пудинг из творога со сметаной** | **140** | **140** | **364,0** |
|  | **Ряженка** | **200** | **200** | **100** |
|  | **Орехи** | **30** | **30** | **211,20** |
| **Итого** |  |  | **370** | **675,20** |
| **Обед** | **Салат картофельный с зеленым луком** | **100** | **100** | **106,3** |
|  | **Суп картоф. с горохом**  | **300** | **300** | **177,90** |
|  | **Говядина отварная**  | **74** | **74** | **208,34** |
|  | **Капуста тушеная** | **200** | **200** | **226,00** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **100** | **100** | **415,0** |
|  | **Хлеб ржаной** | **70** | **70** | **133,0** |
|  | **Яблоки** | **200** | **200** | **94,0** |
|  | **Компот из смеси сухофруктов**  | **200** | **200** | **132,80** |
| **Итого** |  |  | **1244** | **1493,34** |
| **Полдник**  | **Блинчики** | **100** | **100** | **163** |
|  | **Банан** | **200** | **200** | **192,0** |
|  | **Изюм (порциями)** | **40** | **40** | **75,20** |
|  | **Сок в ассортименте** | **200** | **200** | **84,80** |
| **Итого** |  |  | **540** | **515,00** |
| **Ужин** | **Масло сливочное**  | **10** | **10** | **66,0** |
|  | **Сыр порциями** | **20** | **20** | **72,0** |
|  | **Сельдь соленая** | **52,5** | **52,5** | **107,1** |
|  | **Картофель отв. с луком** | **250/38** | **288** | **320,6** |
|  | **Птица отвраная** | **41** | **41** | **107,42** |
|  | **Морковь припущ.** | **100** | **100** | **43,0** |
|  | **Чай с молоком** | **150/50** | **200** | **75,4** |
|  | **Хлеб пшеничный** | **70** | **70** | **290,5** |
|  | **Хлеб ржаной** | **50** | **50** | **95,0** |
| **Итого** |  |  | **831,5** | **1176,927** |