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

Меню на 17.11.2026

вторник (1ая неделя)								
Прием пищи	**№ рец.**	**Наименование блюда**	**Выход, г**	**Выход блюда, г**	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Углеводы, г**	**Эн. ценность, ккал**
Завтрак	**14**	**Масло сливочное**	**10**	**10**	**0,1**	**7,3**	**0,1**	**66,0**
	209	**Яйца вареные**	**20**	**20**	**2,5**	**2,3**	**0,1**	**31,5**
	204	**Макароны отварные с сыром**	**150/37**	**187**	**12,52**	**14,72**	**31,55**	**309,00**
	157	**Кукуруза сладкая конс. отварная**	**40**	**40**	**1,7**	**1,2**	**9,3**	**55,9**
	379	**Кофейный напиток с молоком**	**200**	**200**	**3,2**	**2,7**	**15,9**	**100,6**
	573	**Хлеб пшеничный**	**80**	**80**	**6,1**	**7,8**	**59,5**	**332,0**
	574	**Хлеб ржаной**	**30**	**30**	**2,0**	**0,3**	**12,0**	**57,0**
Итого				**567**	**28,0**	**36,3**	**128,6**	**952,0**
2 завтрак	**218, 217**	**Вареники ленивые отварные**	**126**	**126**	**18,7**	**8,9**	**17,3**	**224,3**
	433	**Сметана**	**19**	**19**	**0,45**	**2,85**	**0,62**	**29,93**
	386	**Ряженка**	**200**	**200**	**5,8**	**5**	**9,6**	**100**
		Орехи	**30**	**30**	**4,83**	**20,07**	**0,00**	**211,20**
Итого				**375**	**29,8**	**36,8**	**27,6**	**565,4**
Обед	**77**	**Сельдь с картофелем**	**52,5/91**	**103,5**	**5,43**	**6,11**	**10,19**	**110,96**
	102	**Суп картофельный с горохом**	**300**	**300**	**6,59**	**6,32**	**19,84**	**177,90**
	288	**Птица отвраная**	**41**	**41**	**9,59**	**7,61**	**0,14**	**107,42**
	256	**Мясо тушеное**	**72/72**	**144**	**21,89**	**25,03**	**3,69**	**324,00**
	302	**Каша рассыпчатая пшеничная**	**175/11**	**186**	**8,2**	**7,1**	**47,0**	**284,6**
	136	**Морковь припущенная**	**150**	**150**	**2,1**	**3,4**	**11,2**	**64,5**
	573	**Хлеб пшеничный**	**100**	**100**	**7,6**	**9,8**	**74,4**	**415,0**
	574	**Хлеб ржаной**	**70**	**70**	**4,6**	**0,7**	**28,1**	**133,0**
	349	**Компот из смеси сухофруктов**	**200**	**200**	**0,66**	**0,09**	**32,01**	**132,80**
Итого				**1295**	**66,6**	**66,2**	**226,5**	**1750,2**
Полдник	**421**	**Сдоба обыкновенная(плюшка)**	**50**	**50**	**3,9**	**3,0**	**23,6**	**131,0**
	338	**Мандарин**	**200**	**200**	**1,6**	**0,0**	**17,2**	**76,0**
	85	**Изюм (порциями)**	**40**	**40**	**0,64**	**0,12**	**17,88**	**75,20**
	389	**Сок в ассортименте**	**200**	**200**	**1,00**	**3,20**	**20,20**	**84,80**
Итого				**490**	**7,1**	**6,3**	**78,8**	**367,0**

Ужин	**14**	**Масло сливочное**	**10**	**10**	**0,1**	**7,3**	**0,1**	**66,0**
	234	**Котлета из рыбы**	**100**	**100**	**8,88**	**8,20**	**15,90**	**189,90**
	127	**Картофель в молоке**	**250**	**250**	**5,5**	**9,6**	**26,7**	**225,0**
	392	**Свекла отварная**	**150**	**150**	**2,6**	**0,0**	**16,2**	**72,0**
	338	**Яблоки**	**200**	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,6**	**94,0**
	382	**Какао с молоком**	**200**	**200**	**4,08**	**3,54**	**17,58**	**118,60**
	573	**Хлеб пшеничный**	**52**	**52**	**4,0**	**5,1**	**38,7**	**215,8**
	574	**Хлеб ржаной**	**50**	**50**	**3,3**	**0,5**	**20,1**	**95,0**
Итого				**1012**	**29,0**	**35,0**	**154,8**	**1076,3**