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

Меню на 18.11.2026

среда (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
	210	Омлет натуральны	58	58	5,9	6,5	1,0	86,5
	157	Горошек зеленый конс. отварной	40	40	1,1	1,4	2,0	25,5
	120	Суп молочный с макаронными изделиями	300	300	6,6	5,7	21,5	180,0
	382	Какао с молоком	200	200	4,08	3,54	17,58	118,60
	338	Яблоки	200	200	0,8	0,8	19,6	94,0
	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				918	26,5	33,4	133,5	959,6
2-ой завтрак	409, 467	Пирожок с картофелем и луком	100	100	5,5	15,2	31,8	285,3
	386	Кефир	200	200	5,8	5	9,6	100
		Орехи	30	30	4,83	20,07	0,00	211,20
Итого				330	16,16	40,27	41,36	596,53
Обед	Табл.	Чеснок очищ. (порция)	9	9	0,59	0,00	1,91	9,54
	47	Салат из квашеной капусты	100	100	1,7	5,0	8,5	85,7
	82	Борщ с капустой и картофелем	300	300	2,16	5,90	13,12	124,50
	433	Сметана	20	20	0,48	3,00	0,65	31,50
	288	Птица отвраная	41	41	9,59	7,61	0,14	107,42
	260	Гуляш	76/76	152	22,12	25,52	4,39	335,92
	125	Картофель отварной	250/12	262	5,0	9,9	34,9	262,0
	573	Хлеб пшеничный	100	100	7,6	9,8	74,4	415,0
	574	Хлеб	70	70	4,6	0,7	28,1	133,0

		ржаной						
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Итого				1254	54,49	67,51	198,06	1637,38
Полдник	582	Вафли	44	44	1,99	14,9	30,8	269
	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				484	5,23	18,22	86,08	505,00
Ужин	14	Масло сливочное	10	10	0,1	7,3	0,1	66,0
	231	Поджарка из рыбы	119/35	154	22,9	14,0	16,3	281,9
	171	Каша гречневая рассыпчатая	150/10	160	8,9	14,6	60,7	426,7
	392	Морковь отварная	150	150	1,95	0,15	10,50	49,50
	378	Чай с молоком	150/50	200	1,1	1,3	14,8	75,4
	573	Хлеб пшеничный	70	70	5,3	6,9	52,1	290,5
	574	Хлеб ржаной	50	50	3,3	0,5	20,1	95,0
Итого				794	43,50	44,55	174,57	1284,96