



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Каракудукская СОШ»  
М.В.Лаворенко

### Меню Горячий завтрак

На 14.01.2025

День примерного меню: 7  
Сезон: осенне-зимний, весенне-летний

#### 7-11 лет

	Наименование блюда	7 -11лет		
		Выход, г	Цена	Калорийность
1	Каша гречневая рассыпчатая	130	10,46	202,5
2	Курица тушеная с морковью	120	48,88	151,6
3	Чай с лимоном и сахаром	200	6,15	50,9
4	Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
5	Хлеб пшеничный	40	2,48	93,8
	<b>Итого</b>	510	69,21	533

#### 12 лет и старше

	Наименование блюда	12лет и старше		
		Выход, г	Цена	Энергетическая ценность
1	Каша вязкая молочная овсяная	1/200	12,53	285,8
2	Чай с сахаром	1/200	1,23	26,8
3	Хлеб пшеничный	1/20	1,24	46,9
	<b>Итого</b>	420	15,00	359,5

Повар Макаш Бакуменко М.К.