

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Каракудукская СОШ»

М.В.Лаворенко



Меню Горячий завтрак

На 20.01.2025

День примерного меню: 1

Сезон: осенне-зимний, весенне-летний

7-11 лет

| | Блюдо | 7-11лет | | |
|---|--------------------------|----------|-------|--------------|
| | | Выход, г | Цена | Калорийность |
| 1 | Салат из моркови и яблок | 60 | 5,27 | 74,3 |
| 2 | Омлет натуральный | 180 | 58,99 | 270,6 |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | 1,23 | 26,8 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,48 | 93,8 |
| 5 | Хлеб ржаной | 20 | 1,24 | 34,2 |
| | Итого | 500 | 69,21 | 499,7 |

12 лет и старше

| | Наименование блюда | 12лет и старше | | |
|---|------------------------------|----------------|-------|-------------------------|
| | | Выход | 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 |
| | Итого | 420 | 15,00 | 359,5 |

Повар

Бакуменко М.К.