



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

Меню Горячий завтрак
На 21.01.2025

День примерного меню: 2
Сезон: осенне-зимний,весенне-летний

7-11 лет

		7 -11лет		
	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность
1	Салат из белокачанной капусты	60	5,57	85,8
2	Рис отварной	100	9,26	135,7
3	Курица тушеная с морковью	100	36,62	126,4
4	Какао с молоком	200	14,65	100,4
5	Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
6	Хлеб пшеничный	30	1,87	70,3
	Итого	510	69,21	552,8

12 лет и старше

Наименование блюда		12лет и старше		
		Выход, г	Цена	Энергетич ценность
1	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,02	318,5
2	Соус красный основной	30	3,23	21,2
3	Чай с яблоком и сахаром	200	2,51	31,7
4	Хлеб пшеничный	20	1,24	46,9
	Итого	450	15,00	418,3

Повар  Бакуменко М.К.