



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

Меню Горячий завтрак

На 22.01.2025

День примерного меню: 3
Сезон: осенне-зимний, весенне-летний

7-11 лет

	Блюдо	7 -11 лет		
		Выход, г	Цена	Калорийность
1	Запеканка из творога с морковью	160	48,02	266,2
2	Яблоко	100	12,8	44,4
3	Чай с молоком и сахаром	180	4,67	45,8
4	Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
5	Хлеб пшеничный	40	2,48	93,8
	Итого	500	69,21	484,4

12 лет и старше

	Наименование блюда	12лет и старше		
		Выход, г	Цена	Энергетич. ценность
1	Каша вязкая молочная ячневая	1/200	9,58	249,0
2	Чай с молоком и сахаром	1/200	4,18	53,5
3	Хлеб пшеничный	1/15	1,24	35,2
	Итого	415	15,00	337,7

Повар Мау Бакуменко М.К.