



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

Меню Горячий завтрак
На 30.01.2025

День примерного меню: 9
Сезон: осенне-зимний, весенне-летний

7-11 лет

	Наименование блюда	7 -11лет		
		Выход, г	Цена	Калорийность
1	Салат из моркови и яблок	60	5,27	74,3
2	Омлет натуральный	200	58,99	300,7
3	Чай с сахаром	200	1,23	26,8
4	Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
5	Хлеб пшеничный	40	2,48	93,8
	Итого	520	69,21	529,8

12 лет и старше

	Наименование блюда	12лет и старше		
		Выход, г	Цена	Энергетич ценность
1	Макароны отварные	1/200	7,17	269,3
2	Соус красный основной	1/30	1,97	21,9
3	Чай с молоком и сахаром	1/200	4,62	53,5
4	Хлеб пшеничный	1/20	1,24	46,9
	Итого	450	15,00	391,6

Повар Макаш Бакуменко М.К.