



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

МЕНЮ

На 30.01.2025

День примерного меню 9

Наименование блюда	3-7 лет	
	Выход	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С КУРАГОЙ	200	211,2
ЧАЙ С молоком И САХАРОМ	180	1,3
Хлеб пшеничный	20	68,3
2-ОЙ ЗАВТРАК		
Йогурт	150	46
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты	55	16,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	64,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	46,7
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	153,1
Соус сметанный	20	14,2
Компот из изюма	180	102,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	36,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	70,4
ПОЛДНИК		
МОЛОКО	180	95,7
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	177,0
ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ	1480	1368,7

Повар Казакова С.Т. Казакова