

**Меню горячих завтраков
для обучающихся НРМОБУ «Каркатеевская СОШ»
для двух возрастных групп 7-11 и 12-18 лет**

**Понедельник,
завтрак**

Блюдо	Выход, г	Калорийность
Каша вязкая рисовая молочная	210	180,0
Напиток кофейный	200	103,0
Хлеб пшеничный	30	69,3
Бутерброд с сыром маслом	60	115,0
Йогурт 5%	115	106,0
Яблоко	100	25,0



**Меню горячих завтраков
для обучающихся НРМОБУ «Каркатеевская СОШ»
для двух возрастных групп 7-11 и 12-18 лет**

**Вторник,
завтрак**

Блюдо	Выход, г	Калорийность
Биточки по-белоруски	90	219,0
Чай с сахаром	200	57,0
Хлеб пшеничный	30	69,3
Салат Степной	60	67,4
Макаронные изд. отварные	150	210,0
Мандарины	102	37,0



**Меню горячих завтраков
для обучающихся НРМОБУ «Каркатеевская СОШ»
для двух возрастных групп 7-11 и 12-18 лет**

**Среда,
завтрак**

Блюдо	Выход, г	Калорийность
Запеканка творожная со сгущен.молоком	250	316,0
Какао с молоком	200	154,0
Хлеб пшеничный	30	69,3
Свежие овощи	60	9,0
Яблоко	100	50,0



**Меню горячих завтраков
для обучающихся НРМОБУ «Каркатеевская СОШ»
для двух возрастных групп 7-11 и 12-18 лет**

**Четверг,
завтрак**

Блюдо	Выход, г	Калорийность
Котлета рыбная Любительская	150	153,4
Чай с сахаром лимоном	200	60,0
Хлеб пшеничный	30	69,3
Салат витаминный	60	49,2
Капуста тушеная	150	156,0
Йогурт 5%	115	117,8



**Меню горячих завтраков
для обучающихся НРМОБУ «Каркатеевская СОШ»
для двух возрастных групп 7-11 и 12-18 лет**

**Пятница,
завтрак**

Блюдо	Выход, г	Калорийность
Тефтели в соусе	140	144
Чай с сахаром молоком	200	87
Хлеб пшеничный	30	69,3
Винегрет овощной	60	51
Бобовые отварные	150	189
Яблоко	201,9	46

