

МЕНЮ

для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»
на 15 апреля 2024 года

Завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Каша пшенная	180	5,40	10,90	28,20	234,10	25
Джем	20	2,30	2,90	0,00	35,30	5
Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	17,00	73,00	229,00	10
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50	10
Какао	200	3,60	1,80	21,90	118,20	10
Всего		22,3	36,1	146,5	728,1	60

Обед

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Суп "Картофельный" с лапшой	200	2,40	4,30	6,60	75,10	75
Каша перловая	180	5,00	2,50	33,50	176,90	25
Гуляш	70	9,90	10,60	9,20	171,20	80
Соус	20	0,63	3,35	3,03	45,10	20
Кукуруза консервированная	30	2,30	6,50	8,50	101,00	33
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50	10
Хлеб ржаной	50	4,95	0,90	25,05	130,50	10
Фрукты свежие (яблоки, мандарины)	100	0,30	0,00	29,30	118,40	50
Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	17,00	73,00	229,00	41
Напиток из шиповника	200	0,60	0,00	21,80	89,60	10
Всего		37,1	48,7	233,4	1248,3	354