

МЕНЮ
 для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»
 на 19 февраля 2025 года

Завтрак

2 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
3 -й день								
завтрак								
	Каша манная	180	4,80	0,00	8,20	30,40	220,00	33
	Сыр порционный	20	2,30	2,30	2,90	0,00	35,30	20
	Джем	20	2,30	2,30	2,90	0,00	35,30	10
	Хлеб пшеничный	50	3,50	0,00	3,50	23,40	111,50	10
	Чай с сахаром и лимоном	200	2,30	2,30	2,30	25,00	129,60	10
	Всего:		15,20	6,90	19,80	78,80	531,70	83,00

Обед

2 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
3-й день								
обед								
	Борщ "Сибирский"	200	3,70	0,00	4,00	10,10	90,90	85
	Картофельное пюре	150	8,60	6,10	5,00	22,90	120,00	55
	Поджарка из свинины	70	9,90	9,90	10,60	9,20	171,20	93
	Соус	20	0,63	0,00	3,35	3,03	45,10	20
	Салат из отварной свеклы с фасолью	50	1,00	0,00	4,10	9,00	76,90	25
	Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	0,00	17,00	73,00	229,00	30
	Хлеб пшеничный	50	3,50	0,00	3,50	23,40	111,50	10
	Хлеб ржаной	50	4,95	0,00	0,90	25,05	130,50	10
	Компот из сухофруктов	200	0,10	0,00	0,10	21,20	85,70	26
	Всего:		39,88	16,00	48,55	196,88	1060,80	354,00