

МЕНЮ

для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»
на 19 апреля 2024 года

Завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Каша рисовая молочная	180	5,40	10,90	28,20	234,10	25
Булочка	35	7,28	12,52	53,92	358,00	15
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50	10
Чай с сахаром и лимоном	200	2,30	2,30	25,00	129,60	10
Всего		18,5	29,2	130,5	833,2	60

Обед

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Щи по-уральски со свежей капустой	200	2,40	4,30	7,10	76,70	75
Макаронные изделия отварные	180	5,20	4,20	25,80	161,40	25
Биточки мясные	70	9,70	6,10	8,20	127,10	83
Винегрет	50	0,63	3,56	6,05	57,25	50
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		34,8	39,6	219,7	1101,4	354