

**МЕНЮ**  
 для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»  
 на 20 февраля 2025 года

**Завтрак**

2 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
4 -й день								
завтрак								
	Каша гречневая	180	16,90	13,70	4,90	28,20	227,70	30
	Печень тушеная	70	11,43	0,00	15,75	2,51	197,00	33
	Хлеб пшеничный	50	3,50	0,00	3,50	23,40	111,50	10
	Чай с сахаром фруктовый	200	2,30	2,30	2,30	25,00	129,60	10
	<b>Всего:</b>		<b>34,13</b>	<b>16,00</b>	<b>10,70</b>	<b>79,11</b>	<b>665,80</b>	<b>83,00</b>

**Обед**

2 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
4-й день								
обед								
	Уха из минтая	200	5,20	5,10	4,10	13,20	111,20	95
	Плов из говядины	180	13,90	0,00	14,70	53,20	406,00	138
	Огурец консервированный	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	45
	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
	Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	0,00	17,00	73,00	229,00	30
	Напиток из шиповника	200	0,60	0,00	0,00	21,80	89,60	26
	<b>Всего:</b>		<b>35,65</b>	<b>5,10</b>	<b>40,20</b>	<b>209,65</b>	<b>1077,80</b>	<b>354,00</b>