

МЕНЮ
для учащихся МБОУ «Березовская СОШ»
на 21 февраля 2025 года

Завтрак

2 -ая неделя	Наименование блюда	Вых од	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическ ая ценность, ккал	Цена блюда
5 -й день								
завтрак								
	Каша пшеничная	180	5,40	4,20	10,90	28,20	234,10	30
	Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	0,00	17,00	73,00	229,00	10
	Яйцо куриное вареное	40	5,10	5,20	3,80	0,30	56,10	23
	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:		23,80	11,70	37,50	149,90	760,30	83,00

Обед

2 -ая неделя	Наименование блюда	Вых од	Белки, г	Белки жив., г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическ ая ценность, ккал	Цена блюда
5 -й день								
обед								
	Суп "Картофельный" с лапшой	200	2,40	0,00	4,30	6,60	75,10	70
	Сердце тушеное	70	19,62	0,00	13,77	4,29	228,00	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
	Макаронные изделия отварные	180	5,20	0,00	4,20	25,80	161,40	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
	Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	0,00	17,00	73,00	229,00	30
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,30	0,00	0,00	29,30	118,40	40
	Компот из сухофруктов	200	0,10	0,00	0,10	21,20	85,70	26
	Всего:		45,20	0,00	51,22	220,67	1261,60	354,00