

МЕНЮ
для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»
на 25 февраля 2025 года

Завтрак

1 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
2-й день							
завтрак							
	Ленивые голубцы	180	2,60	6,30	13,40	120,70	45
	Кукуруза консервированная	30	0,00	0,00	0,00	0,00	18
	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:		8,40	12,10	61,80	361,80	83,00

Обед

1 -ая неделя	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена блюда
2-й день							
обед							
	Суп с бобовыми (горох) с мясом и гренками	200	4,90	4,70	12,30	111,10	90
	Макаронные изделия отварные	180	5,20	4,20	25,80	161,40	50
	Рыба припущенная (минтай)	70	10,10	1,20	0,50	53,20	98
	Салат из капусты	50	0,84	0,15	9,62	40,79	40
	Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50	10
	Хлеб ржаной	50	4,95	0,90	25,05	130,50	10
	Кондитерское изделие (вафли, печенье, пряники)	50	7,50	17,00	73,00	229,00	30
	Напиток из шиповника	200	0,60	0,00	21,80	89,60	26
	Всего:		37,59	31,65	191,47	927,09	354,00