

МЕНЮ

для учащихся МБОУ «Берёзовская СОШ»
на 20 апреля 2024 года

Завтрак

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Каша гречневая молочная	180	16,90	4,90	28,20	227,70	15
Сыр порционный	20	2,30	2,90	0,00	35,30	15
Йогурт молочный	95	0,20	3,60	0,10	33,10	10
Хлеб пшеничный	50	3,50	3,50	23,40	111,50	10
Молоко пастеризованное	200	1,10	3,50	3,90	65,90	10
Всего		24,0	18,4	55,6	473,5	60

Обед

Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккалорий	
Рассольник "Ленинградский"	200	2,40	4,30	6,60	75,10	85
Жаркое по-доманему	180	11,80	26,00	21,00	365,00	103
Горошек консервированный	30	2,30	6,50	8,50	101,00	35
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
Чай с сахаром и лимоном	200	2,30	2,30	25,00	129,60	20
Всего		35,1	60,5	211,9	1260,1	354