

01.11.2022 год

УТВЕРЖДАЮ  
старший воспитатель СПДС «Солнышко»  
\_\_\_\_\_ Т.А. Павлова

**Меню СПДС «Солнышко»**  
**ГБОУ СОШ с. Верхние Белозерки (с 1,5 – 3)**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
<b>Завтрак</b>					
6,7000	11,0000	22,6000	216,4000	Каша геркулесовая молочная	<b>200</b>
1,4800	0,5800	10,2800	50,0000	Батон	<b>20</b>
3,5260	3,2410	16,5500	105,3340	Какао на молоке	<b>150</b>
<b>Второй завтрак</b>					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,4980	2,6440	4,7900	43,7520	Салат "Овощной"	<b>40</b>
1,8770	4,7240	14,3040	103,6630	Рассольник Ленинградский со сметаной	<b>150</b>
15,1000	8,3300	17,0000	200,6400	Ленивые голубцы с мясом и сметаной	<b>170</b>
0,2690	0,0770	21,3700	81,9110	Компот (сухофрукты)	<b>150</b>
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	<b>20</b>
3,3000	0,6000	16,7000	87,0000	Хлеб ржаной	<b>40</b>
<b>Полдник</b>					
4,3500	3,7500	7,2000	81,0000	Молоко	<b>150</b>
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	<b>9</b>
<b>Ужин</b>					
0,3850	2,5810	2,5090	34,1750	Салат из свеклы и соленых огурцов	<b>40</b>
4,2700	5,5900	35,1900	199,2800	Картофель в молоке	<b>180</b>
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	<b>180</b>
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	<b>20</b>
<b>47,0950</b>	<b>42,7670</b>	<b>202,2290</b>	<b>1324,8220</b>	<b>Итого</b>	

01.11.2022 год

УТВЕРЖДАЮ  
старший воспитатель СПДС «Солнышко»  
\_\_\_\_\_ Т.А. Павлова

**Меню СПДС «Солнышко»**  
**ГБОУ СОШ с. Верхние Белозерки (с 3 – 7)**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
<b>Завтрак</b>					
8,4000	13,7500	28,2500	275,5000	Каша геркулесовая молочная	<b>250</b>
2,2200	0,8700	15,4200	75,0000	Батон	<b>30</b>
4,2310	3,9350	19,8600	126,8080	Какао на молоке	<b>200</b>
<b>Второй завтрак</b>					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,6300	3,5600	6,0490	57,2480	Салат "Овощной"	<b>50</b>
1,8770	4,7240	14,3040	103,6630	Рассольник Ленинградский со сметаной	<b>250</b>
17,7000	11,1200	19,6500	246,3900	Ленивые голубцы с мясом и сметаной	<b>200</b>
0,3490	0,1000	27,7800	106,4840	Компот (сухофрукты)	<b>200</b>
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	<b>30</b>
3,3000	0,6000	16,7000	87,0000	Хлеб ржаной	<b>50</b>
<b>Полдник</b>					
5,2200	4,5000	8,6400	97,2000	Молоко	<b>180</b>
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия	<b>25</b>
<b>Ужин</b>					
0,5800	3,8800	3,7700	51,2700	Салат из свеклы и соленых огурцов	<b>60</b>
4,7600	6,2400	39,2900	222,5300	Картофель в молоке	<b>200</b>
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	<b>200</b>
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	<b>30</b>
<b>6,9960</b>	<b>10,2200</b>	<b>67,1000</b>	<b>374,4740</b>	<b>Итого</b>	