

11.04.2022 год

УТВЕРЖДАЮ:
 Старший воспитатель СПДС «Солнышко»
 /_____/ Т.А. Павлова

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

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|-----------------------|----------------|-----------------|------------------|------------------------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 0,0120 | 2,1040 | 4,0160 | 34,0410 | Суп молочный с вермишелью | 200 |
| 2,0940 | 4,9980 | 10,3200 | 92,0590 | Батон с маслом | 20/5 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 180 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Сок | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,4980 | 2,6460 | 4,4930 | 42,6540 | Салат "Зимний" | 40 |
| 0,7500 | 0,9270 | 7,4970 | 39,4600 | Суп картофельный | 150 |
| 10,4100 | 12,5500 | 0,9800 | 158,2200 | Суфле из кур | 70 |
| 0,3680 | 2,4660 | 1,9770 | 31,0850 | Соус томатно-сметанный | 30 |
| 4,2000 | 5,3100 | 30,1300 | 177,7000 | Макаронные отварные с маслом | 100 |
| 0,2690 | 0,0770 | 21,3700 | 81,9110 | Компот (сухофрукты) | 150 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 20 |
| 3,3000 | 0,6000 | 16,7000 | 87,0000 | Хлеб ржаной | 40 |
| Полдник | | | | | |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай без сахара | 180 |
| 1,0000 | 3,0000 | 6,0000 | 49,3200 | Кондитерские изделия | 9 |
| Ужин | | | | | |
| 0,6600 | 1,9900 | 5,1600 | 42,3200 | Салат "Винегрет" | 40 |
| 25,3500 | 10,7000 | 10,5200 | 238,6400 | Рыба под омлетом | 150 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 180 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 20 |
| 53,5310 | 47,7680 | 179,3710 | 1323,6510 | Итого | |

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

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|-----------------------|----------------|----------------|-----------------|------------------------------|-------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 7,1600 | 8,2220 | 30,6420 | 217,5440 | Суп молочный с вермишелью | 250 |
| 3,2220 | 6,3250 | 15,4600 | 127,7910 | Батон с маслом | 30/5 |
| 0,4560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай с сахаром | 200 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Сок | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,7000 | 4,0000 | 8,0000 | 80,2000 | Салат "Зимний" | 60 |
| 1,2610 | 1,8270 | 12,5740 | 68,6370 | Суп картофельный | 250 |
| 11,8900 | 14,3500 | 11,1200 | 180,8200 | Суфле из кур | 80 |
| 0,4780 | 3,2060 | 2,5700 | 40,4110 | Соус томатно-сметанный | 40 |
| 5,0000 | 6,3700 | 37,1600 | 213,2000 | Макаронные отварные с маслом | 120 |
| 0,3490 | 0,1000 | 27,7800 | 106,4840 | Компот (сухофрукты) | 200 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 3,3000 | 0,6000 | 16,7000 | 87,0000 | Хлеб ржаной | 50 |
| Полдник | | | | | |
| 0,1560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай без сахара | 200 |
| 2,5000 | 7,5000 | 15,0000 | 123,3000 | Кондитерские изделия | 25 |
| Ужин | | | | | |
| 0,9900 | 2,9900 | 7,7500 | 63,4800 | Салат "Винегрет" | 60 |
| 32,9500 | 13,9000 | 13,6700 | 310,2300 | Рыба под омлетом | 200 |
| 0,1560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай с сахаром | 200 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 35,5960 | 16,9900 | 45,4600 | 474,3840 | Итого | |