

12.12.2024г.

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		
Завтрак					
15,0700	10,2940	16,8200	215,9950	Творожная запеканка	120
2,0940	4,9980	10,3200	92,0590	Батон	20
2,8370	2,4740	15,5700	92,0040	Кофейный напиток на молоке	150
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Йогурт	150
Обед					
1,1950	0,9230	9,5590	48,9360	Суп вермишелевый	150
11,3100	15,4270	18,5800	253,7550	Солянка с мясом	170
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					
4,3500	3,7500	7,2000	81,0000	Чай с сахаром	180
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	9
Ужин					
0,4980	2,6460	4,4930	42,6540	Салат "Зимний"	40
6,5400	13,6500	47,4000	326,7500	Картофель тушеный с луком и томатом	150
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	180
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	20
52,0630	58,0390	218,6080	1565,8810	Итого	

12.12.2024г.

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		
Завтрак					
18,7900	12,9950	20,5500	269,1750	Творожная запеканка	150
3,2220	6,3250	15,4600	127,7910	Батон	30
3,4050	2,9950	18,6700	110,5900	Кофейный напиток на молоке	180
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Йогурт	180
Обед					
2,0050	1,8180	15,9960	84,3690	Суп вермишелевый	250
18,0000	14,4000	15,5000	261,9000	Солянка с мясом	200
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					
5,2200	4,5000	8,6400	97,2000	Чай с сахаром	200
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия	25
Ужин					
0,7000	4,0000	8,0000	80,2000	Салат "Зимний"	60
7,7100	15,9000	55,0100	380,3500	Картофель тушеный с луком и томатом	180
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	200
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	30
68,8170	71,3330	263,3060	1928,1830	Итого	