

15.09.2023 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 | | |
| Завтрак | | | | | |
| 8,5860 | 6,7510 | 43,0120 | 256,4020 | Каша пшеничная на молоке | 200 |
| 1,4800 | 0,5800 | 10,2800 | 50,0000 | Батон | 20 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 180 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Фрукты | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,1190 | 1,2900 | 0,3230 | 13,2980 | Салат из соленных огурцов | 20 |
| 1,3530 | 2,3440 | 10,3850 | 65,4560 | Борщ красный со сметаной | 150 |
| 9,6400 | 13,4900 | 13,5300 | 210,7400 | Рагу из кур | 180 |
| 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 | Кондитерское изделие | 9 |
| 1,0000 | 3,0000 | 6,0000 | 49,3200 | Чай без сахара | 180 |
| Ужин | | | | | |
| 17,8540 | 15,0540 | 19,5400 | 280,1730 | Сырники творожные | 120 |
| 1,0000 | 3,0000 | 6,0000 | 49,3200 | Морковь, протертая с сахаром | 40 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 180 |
| 46,9810 | 46,2860 | 207,0080 | 1386,6110 | Итого | |

15.09.2023 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 | | |
| Завтрак | | | | | |
| 10,7330 | 8,4390 | 53,7650 | 320,5030 | Каша пшеничная на молоке | 250 |
| 2,2200 | 0,8700 | 15,4200 | 75,0000 | Батон | 30 |
| 0,4560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай с сахаром | 200 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Фрукты | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,1470 | 1,7410 | 0,4000 | 17,7500 | Салат из соленных огурцов | 25 |
| 2,2920 | 4,6910 | 17,6930 | 117,7400 | Борщ красный со сметаной | 250 |
| 13,7900 | 19,3000 | 19,3500 | 301,3600 | Рагу из кур | 200 |
| 0,3490 | 0,1000 | 27,7800 | 106,4840 | Компот (сухофрукты) | 180 |
| 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 | Кондитерское изделие | 25 |
| 2,5000 | 7,5000 | 15,0000 | 123,3000 | Чай без сахара | 200 |
| Ужин | | | | | |
| 17,8540 | 15,0540 | 19,5400 | 280,1730 | Сырники творожные | 150 |
| 1,0000 | 3,0000 | 6,0000 | 49,3200 | Морковь, протертая с сахаром | 50 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 200 |
| 63,0230 | 69,9240 | 268,8480 | 1881,7410 | Итого | |