

19.12.2024 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					
15,0700	10,2940	16,8200	215,9950	Творожная запеканка	120
2,0940	4,9980	10,3200	92,0590	Батон с маслом	20/5
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					
0,3850	2,5810	2,5090	34,1750	Салат из свеклы и соленых огурцов	40
1,0280	2,3150	6,7230	50,1620	Щи из свежей капусты со сметаной	150
14,9800	10,9200	26,7000	258,0000	Картофель тушеный с мясом	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					
4,3500	3,7500	7,2000	81,0000	Чай с сахаром	180
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	9
Ужин					
5,2600	6,0700	21,2900	159,7500	Каша вязкая пшеничная молочная	150
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
53,6730	50,1790	191,7980	1397,7930	Итого	

19.12.2024 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					
18,7900	12,9950	20,5500	269,1750	Творожная запеканка	150
3,2220	6,3250	15,4600	127,7910	Батон с маслом	30/5
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					
0,5800	3,8800	3,7700	51,2700	Салат из свеклы и соленых огурцов	60
1,7520	4,6410	11,1390	90,5440	Щи из свежей капусты со сметаной	250
14,9800	10,9200	26,7000	258,0000	Картофель тушеный 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					
7,0100	8,0900	28,3900	213,0000	Каша вязкая пшеничная молочная	200
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Морковь, протертая с сахаром	50
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	200
53,6730	50,1790	191,7980	1397,7930	Итого	