

21.09.2023 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 | | | | | |
| 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 | Фрукты | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,3850 | 2,5810 | 2,5090 | 34,1750 | Салат из свеклы и соленых огурцов | 20 |
| 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 | Молоко | 150 |
| 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 | |

21.09.2023 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 | | | | | |
| 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 | Фрукты | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,5800 | 3,8800 | 3,7700 | 51,2700 | Салат из свеклы и соленых огурцов | 25 |
| 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 | Молоко | 180 |
| 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 | |