

23.03.2023 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					
6,7000	11,0000	22,6000	216,4000	Каша геркулесовая молочная	200
1,4800	0,5800	10,2800	50,0000	Батон	20
3,5260	3,2410	16,5500	105,3340	Чай с сахаром	180
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,4980	2,6440	4,7900	43,7520	Салат "Овощной"	40
1,8770	4,7240	14,3040	103,6630	Рассольник Ленинградский со сметаной	150
15,1000	8,3300	17,0000	200,6400	Ленивые голубцы с мясом и сметаной	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					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	50
Ужин					
0,3850	2,5810	2,5090	34,1750	Салат из свеклы с раст. маслом	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
46,2150	51,0270	216,7390	1462,8920	Итого	

23.05.2023 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					
8,4000	13,7500	28,2500	275,5000	Каша геркулесовая молочная	250
2,2200	0,8700	15,4200	75,0000	Батон	30
4,2310	3,9350	19,8600	126,8080	Чай с сахаром	200
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,6300	3,5600	6,0490	57,2480	Салат "Овощной"	50
1,8770	4,7240	14,3040	103,6630	Рассольник Ленинградский со сметаной	250
17,7000	11,1200	19,6500	246,3900	Ленивые голубцы с мясом и сметаной	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					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия	70
Ужин					
0,5800	3,8800	3,7700	51,2700	Салат из свеклы с раст. маслом	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
55,0530	66,5390	260,4330	1802,2870	Итого	