

25.01.2024г.

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             |                                     |             |
| <b>Завтрак</b>        |                |                 |                  |                                     |             |
| 15,0700               | 10,2940        | 16,8200         | 215,9950         | Творожная запеканка                 | <b>120</b>  |
| 2,0940                | 4,9980         | 10,3200         | 92,0590          | Батон с маслом                      | <b>20/5</b> |
| 2,8370                | 2,4740         | 15,5700         | 92,0040          | Кофейный напиток на молоке          | <b>150</b>  |
| <b>Второй завтрак</b> |                |                 |                  |                                     |             |
| 1,2000                | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Фрукты                              | <b>100</b>  |
| <b>Обед</b>           |                |                 |                  |                                     |             |
| 1,1950                | 0,9230         | 9,5590          | 48,9360          | Суп вермишелевый                    | <b>150</b>  |
| 11,3100               | 15,4270        | 18,5800         | 253,7550         | Солянка с мясом                     | <b>170</b>  |
| 0,2690                | 0,0770         | 21,3700         | 81,9110          | Компот (сухофрукты)                 | <b>150</b>  |
| 1,5000                | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный                      | <b>20</b>   |
| 3,3000                | 0,6000         | 16,7000         | 87,0000          | Хлеб ржаной                         | <b>40</b>   |
| <b>Полдник</b>        |                |                 |                  |                                     |             |
| 4,3500                | 3,7500         | 7,2000          | 81,0000          | Молоко                              | <b>150</b>  |
| 1,0000                | 3,0000         | 6,0000          | 49,3200          | Кондитерские изделия                | <b>9</b>    |
| <b>Ужин</b>           |                |                 |                  |                                     |             |
| 0,4980                | 2,6460         | 4,4930          | 42,6540          | Салат "Зимний"                      | <b>40</b>   |
| 6,5400                | 13,6500        | 47,4000         | 326,7500         | Картофель тушеный с луком и томатом | <b>150</b>  |
| 0,1400                | 0,0000         | 12,6360         | 47,9470          | Чай с сахаром                       | <b>180</b>  |
| 1,5000                | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный                      | <b>20</b>   |
| <b>52,0630</b>        | <b>58,0390</b> | <b>218,6080</b> | <b>1565,8810</b> | <b>Итого</b>                        |             |

25.01.2024г.

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             |                                     |             |
| <b>Завтрак</b>        |                |                 |                  |                                     |             |
| 18,7900               | 12,9950        | 20,5500         | 269,1750         | Творожная запеканка                 | <b>150</b>  |
| 3,2220                | 6,3250         | 15,4600         | 127,7910         | Батон с маслом                      | <b>30/5</b> |
| 3,4050                | 2,9950         | 18,6700         | 110,5900         | Кофейный напиток на молоке          | <b>180</b>  |
| <b>Второй завтрак</b> |                |                 |                  |                                     |             |
| 1,2000                | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Фрукты                              | <b>100</b>  |
| <b>Обед</b>           |                |                 |                  |                                     |             |
| 2,0050                | 1,8180         | 15,9960         | 84,3690          | Суп вермишелевый                    | <b>250</b>  |
| 18,0000               | 14,4000        | 15,5000         | 261,9000         | Солянка с мясом                     | <b>200</b>  |
| 0,3490                | 0,1000         | 27,7800         | 106,4840         | Компот (сухофрукты)                 | <b>200</b>  |
| 1,5000                | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный                      | <b>30</b>   |
| 3,3000                | 0,6000         | 16,7000         | 87,0000          | Хлеб ржаной                         | <b>50</b>   |
| <b>Полдник</b>        |                |                 |                  |                                     |             |
| 5,2200                | 4,5000         | 8,6400          | 97,2000          | Молоко                              | <b>180</b>  |
| 2,5000                | 7,5000         | 15,0000         | 123,3000         | Кондитерские изделия                | <b>25</b>   |
| <b>Ужин</b>           |                |                 |                  |                                     |             |
| 0,7000                | 4,0000         | 8,0000          | 80,2000          | Салат "Зимний"                      | <b>60</b>   |
| 7,7100                | 15,9000        | 55,0100         | 380,3500         | Картофель тушеный с луком и томатом | <b>180</b>  |
| 0,1560                | 0,0000         | 14,0400         | 53,2740          | Чай с сахаром                       | <b>200</b>  |
| 1,5000                | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный                      | <b>30</b>   |
| <b>68,8170</b>        | <b>71,3330</b> | <b>263,3060</b> | <b>1928,1830</b> | <b>Итого</b>                        |             |