

25.01.2023 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 |
| 8,3700 | 6,5000 | 25,7000 | 192,2000 | Батон | 20 |
| 2,3560 | 2,1250 | 16,8200 | 91,6220 | Чай с молоком | 180 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Сок | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,9500 | 2,9900 | 4,6000 | 49,9200 | Салат из квашеной капусты | 45 |
| 2,0920 | 2,3540 | 14,0560 | 82,2610 | Суп с клецками | 150 |
| 9,4380 | 13,4810 | 24,0200 | 249,1560 | Плов из кур | 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 | | | | | |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай без сахара | 180 |
| 1,0000 | 3,0000 | 6,0000 | 49,3200 | Кондитерские изделия | 9 |
| Ужин | | | | | |
| 0,4680 | 2,5810 | 3,5200 | 38,3050 | Салат из свеклы с маслом раст. | 40 |
| 15,7390 | 7,9750 | 10,9040 | 177,1000 | Суфле из рыбы | 120 |
| 2,7200 | 6,0000 | 10,9400 | 112,4000 | Капуста тушеная | 120 |
| 0,1400 | 0,0000 | 12,6360 | 47,9470 | Чай с сахаром | 180 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 20 |
| 57,8820 | 59,0830 | 224,8020 | 1628,8890 | Итого | |

25.01.2023 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 |
| 8,3700 | 6,5000 | 25,7000 | 192,2000 | Батон | 30 |
| 2,4180 | 2,1500 | 18,8400 | 99,6720 | Чай с молоком | 200 |
| Второй завтрак | | | | | |
| 1,2000 | 0,2000 | 2,3000 | 10,6000 | Сок | 100 |
| Обед | | | | | |
| 0,9500 | 2,9900 | 4,6000 | 49,9200 | Салат из квашеной капусты | 45 |
| 3,3840 | 4,4780 | 22,4830 | 138,1510 | Суп с клецками | 250 |
| 13,3850 | 19,1090 | 36,1000 | 360,8970 | Плов из кур | 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 | | | | | |
| 0,1560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай без сахара | 200 |
| 2,5000 | 7,5000 | 15,0000 | 123,3000 | Кондитерские изделия | 25 |
| Ужин | | | | | |
| 0,5850 | 3,4800 | 4,4000 | 50,1560 | Салат из свеклы с маслом раст. | 60 |
| 15,7390 | 7,9750 | 10,9040 | 177,1000 | Суфле из рыбы | 120 |
| 3,4000 | 7,5200 | 13,6800 | 140,5000 | Капуста тушеная | 150 |
| 0,1560 | 0,0000 | 14,0400 | 53,2740 | Чай с сахаром | 200 |
| 1,5000 | 0,1000 | 10,0000 | 47,4000 | Хлеб пшеничный | 30 |
| 67,2920 | 76,5520 | 274,8170 | 2012,8280 | Итого | |