01.10.2026 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					
0,38	0,03	5,61	22,89	Салат из моркови, протертой с сахаром	**40**
15,07	10,29	16,82	215,96	Творожная запеканка с повидлом	**120**
3,15	2,72	12,96	89,00	Кофейный напиток с молоком	**150**
2,09	4,90	10,32	92,05	Батон с маслом	**25**
Второй завтрак					
0,22	0,22	5,39	66,47	Яблоки	**55**
Обед					
1,94	2,04	12,34	75,42	Суп картофельный с макаронными изделиями	**180**
0,51	2,58	2,92	36,19	Салат из белокочанной капусты	**50**
7,58	5,69	3,88	101,24	Тефтели из мяса птицы	**60**
0,37	2,47	1,97	31,08	Соус сметанный	**30**
4,00	2,70	17,98	112,00	Каша гречневая рассыпчатая	**120**
0,17	0,01	26,45	106,65	Компот из сухофруктов	**150**
1,58	0,20	9,66	47,33	Хлеб пшеничный	**20**
2,64	0,48	13,36	69,60	Хлеб ржаной	**40**
Уплотненный ужин					
3,01	4,07	11,72	97,73	Рагу овощное	**120**
0,04	0,01	6,99	28,00	Чай с сахаром	**150**
1,00	3,00	6,00	49,32	Печенье	**9**
1,58	0,20	9,66	47,33	Хлеб пшеничный	**20**
				Итого	

01.10.2026 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					
0,48	0,04	7,30	29,70	Салат из моркови, протертой с сахаром	**50**
18,79	12,96	20,55	269,17	Творожная запеканка с повидлом	**150**
3,67	3,17	15,82	107,00	Кофейный напиток с молоком	**180**
3,22	6,32	15,46	127,79	Батон с маслом	**35**
Второй завтрак					
0,38	0,38	9,31	114,81	Яблоки	**95**
Обед					
2,15	2,27	13,71	83,80	Суп картофельный с макаронными изделиями	**200**
0,77	3,87	4,38	54,29	Салат из белокочанной капусты	**60**
8,85	6,64	4,53	118,11	Тефтели из мяса птицы	**80**
0,48	3,20	2,57	4,41	Соус сметанный	**50**
5,14	3,47	23,12	144,00	Каша гречневая рассыпчатая	**150**
0,23	0,01	35,27	142,20	Компот из сухофруктов	**180**
2,37	0,30	14,49	71,00	Хлеб пшеничный	**30**
3,30	0,60	16,70	87,00	Хлеб ржаной	**50**
Уплотненный ужин					
3,76	5,10	14,65	122,20	Рагу овощное	**150**
0,06	0,02	9,99	40,00	Чай с сахаром	**180**
2,50	7,50	15,00	123,30	Печенье	**25**
2,37	0,30	14,49	71,00	Хлеб пшеничный	**30**
				Итого	