02.09.2026 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*** | | | | | |
| 3,17 | 3,85 | 18,11 | 166,00 | Каша молочная пшенная | **150** |
| 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77,00 | Чай с молоком | **150** |
| 7,25 | 5,70 | 21,55 | 165,20 | Батон с сыром | **27** |
| ***Второй завтрак*** | | | | | |
| 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,67 | Сок | **100** |
| ***Обед*** | | | | | |
| 1,88 | 4,72 | 14,30 | 103,67 | Рассольник со сметанной | **180** |
| 15,10 | 8,33 | 17,00 | 200,64 | Ленивые голубцы со сметаной | **170** |
| 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*** | | | | | |
| 0,24 | 0,03 | 0,84 | 4,50 | Нарезка из соленого огурца | **30** |
| 13,50 | 6,10 | 9,70 | 165,40 | Суфле рыбное запеченное | **100** |
| 0,25 | 1,44 | 1,99 | 21,41 | Соус томатный | **30** |
| 2,04 | 3,20 | 13,63 | 91,50 | Картофельное пюре | **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** | |

02.09.2026 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*** | | | | | |
| 6,33 | 8,71 | 34,55 | 176,42 | Каша молочная пшенная | **180** |
| 2,67 | 2,34 | 14,31 | 89,00 | Чай с молоком | **180** |
| 8,37 | 6,50 | 25,70 | 192,20 | Батон с сыром | **40** |
| ***Второй завтрак*** | | | | | |
| 0,75 | 0,00 | 15,15 | 76,00 | Сок | **150** |
| ***Обед*** | | | | | |
| 2,02 | 5,30 | 15,40 | 106,45 | Рассольник со сметанной | **200** |
| 17,70 | 11,12 | 19,65 | 246,39 | Ленивые голубцы со сметаной | **200** |
| 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*** | | | | | |
| 0,40 | 0,05 | 1,00 | 7,50 | Нарезка из соленого огурца | **50** |
| 15,74 | 7,97 | 10,90 | 177,10 | Суфле рыбное запеченное | **120** |
| 0,39 | 2,60 | 3,08 | 32,55 | Соус томатный | **50** |
| 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,80 | Картофельное пюре | **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** | |