

03.09.2025 год

УТВЕРЖДАЮ
 старший воспитатель СПДС «Солнышко»
 Т.А. Павлова

03.09.2025 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 ячневая молочная 150
8,3700	6,5000	25,7000	192,2000	Батон с сыром 20/8
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 квашенной 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
Уплотненный ужин				
0,4680	2,5810	3,5200	38,3050	Салат из свеклы с маслом растит. 40
15,7390	7,9750	10,9040	177,1000	Суфле из рыбы 120
2,7200	6,0000	10,9400	112,4000	Капуста тушеная 120
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия 9
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Кисель 180
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный 20
57,8820	59,0830	224,8020	1628,8890	Итого

**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 ячневая молочная 180
8,3700	6,5000	25,7000	192,2000	Батон с сыром 30/12
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 квашенной капусты 60
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
Уплотненный ужин				
0,5850	3,4800	4,4000	50,1560	Салат из свеклы с маслом растит. 60
15,7390	7,9750	10,9040	177,1000	Суфле из рыбы 120
3,4000	7,5200	13,6800	140,5000	Капуста тушеная 150
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия 25
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Кисель 200
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный 30
67,2920	76,5520	274,8170	2012,8280	Итого