

05.08.2026 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 пшеничная	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	

05.08.2026 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 пшеничная	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	