07.10.2026 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					
4,03	2,06	17,19	79,35	Каша молочная рисовая	**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					
1,80	2,38	9,88	79,87	Суп полевой со сметаной	**180**
0,85	2,44	4,20	43,65	Салат из квашеной капусты	**50**
7,40	4,58	21,04	152,73	Плов из мяса птицы	**180**
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					
0,49	2,64	4,79	43,75	Салат овощной	**50**
17,12	10,20	6,44	199,43	Рыба, тушенная в сметанном соусе	**70/20**
1,80	4,63	19,50	126,45	Каша перловая рассыпчатая	**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	

07.10.2026 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					
4,83	2,47	19,22	95,22	Каша молочная рисовая	**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					
2,40	3,17	12,79	98,50	Суп полевой со сметаной	**200**
0,95	2,99	4,60	49,92	Салат из квашеной капусты	**60**
9,45	5,85	26,88	195,15	Плов из мяса птицы	**230**
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					
0,63	3,56	6,04	57,24	Салат овощной	**60**
19,05	11,90	7,43	214,02	Рыба, тушенная в сметанном соусе	**90/20**
2,42	6,62	22,15	152,35	Каша перловая рассыпчатая	**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	