

10.02.2026 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             |                              |            |
| <b>Завтрак</b>          |                |                 |                  |                              |            |
| 5,9370                  | 6,4100         | 17,4620         | 146,9210         | Каша манная молочная         | <b>150</b> |
| 1,4800                  | 0,5800         | 10,2800         | 50,0000          | Батон                        | <b>20</b>  |
| 3,5260                  | 3,2410         | 16,5500         | 105,3340         | Какао на молоке              | <b>150</b> |
| <b>Второй завтрак</b>   |                |                 |                  |                              |            |
| 1,2000                  | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Фрукты                       | <b>100</b> |
| <b>Обед</b>             |                |                 |                  |                              |            |
| 0,9500                  | 2,9900         | 4,6000          | 49,9200          | Салат из квашенной капусты   | <b>45</b>  |
| 2,0920                  | 2,3540         | 14,0560         | 82,2610          | Суп с клецками               | <b>150</b> |
| 9,4380                  | 13,4810        | 24,0200         | 249,1560         | Плов из кур                  | <b>170</b> |
| 0,2690                  | 0,0770         | 21,3700         | 81,9110          | Компот (сухофрукты)          | <b>150</b> |
| 1,5000                  | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный               | <b>20</b>  |
| 3,3000                  | 0,6000         | 16,7000         | 87,0000          | Хлеб ржаной                  | <b>40</b>  |
| <b>Уплотненный ужин</b> |                |                 |                  |                              |            |
| 0,1190                  | 1,2900         | 0,3230          | 13,2980          | Нарезка из квашенного огурца | <b>30</b>  |
| 2,0720                  | 2,5600         | 16,0500         | 91,5800          | Рагу овощное                 | <b>120</b> |
| 1,0000                  | 3,0000         | 6,0000          | 49,3200          | Кондитерские изделия         | <b>9</b>   |
| 0,1400                  | 0,0000         | 12,6360         | 47,9470          | Чай с сахаром                | <b>180</b> |
| 1,5000                  | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный               | <b>20</b>  |
| <b>41,6020</b>          | <b>35,2370</b> | <b>181,9100</b> | <b>1171,2010</b> | <b>Итого</b>                 |            |

10.02.2026 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             |                              |            |
| <b>Завтрак</b>          |                |                 |                  |                              |            |
| 7,4760                  | 8,3850         | 32,7900         | 228,3300         | Каша манная молочная         | <b>180</b> |
| 2,2200                  | 0,8700         | 15,4200         | 75,0000          | Батон                        | <b>30</b>  |
| 4,2310                  | 3,9350         | 19,8600         | 126,8080         | Какао на молоке              | <b>180</b> |
| <b>Второй завтрак</b>   |                |                 |                  |                              |            |
| 1,2000                  | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Фрукты                       | <b>100</b> |
| <b>Обед</b>             |                |                 |                  |                              |            |
| 0,9500                  | 2,9900         | 4,6000          | 49,9200          | Салат из квашенной капусты   | <b>60</b>  |
| 3,3840                  | 4,4780         | 22,4830         | 138,1510         | Суп с клецками               | <b>250</b> |
| 13,3850                 | 19,1090        | 36,1000         | 360,8970         | Плов из кур                  | <b>200</b> |
| 0,3490                  | 0,1000         | 27,7800         | 106,4840         | Компот (сухофрукты)          | <b>180</b> |
| 1,5000                  | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный               | <b>30</b>  |
| 3,3000                  | 0,6000         | 16,7000         | 87,0000          | Хлеб ржаной                  | <b>50</b>  |
| <b>Уплотненный ужин</b> |                |                 |                  |                              |            |
| 0,1470                  | 1,7410         | 0,4000          | 17,7500          | Нарезка из квашенного огурца | <b>50</b>  |
| 2,5910                  | 3,2060         | 20,0700         | 114,4830         | Рагу овощное                 | <b>150</b> |
| 2,5000                  | 7,5000         | 15,0000         | 123,3000         | Кондитерские изделия         | <b>25</b>  |
| 0,1560                  | 0,0000         | 14,0400         | 53,2740          | Чай с сахаром                | <b>200</b> |
| 1,5000                  | 0,1000         | 10,0000         | 47,4000          | Хлеб пшеничный               | <b>30</b>  |
| <b>54,0020</b>          | <b>50,0680</b> | <b>241,5490</b> | <b>1572,7530</b> | <b>Итого</b>                 |            |