

11.02.2026 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>          |                |                 |                  |                                      |             |
| 6,7000                  | 11,0000        | 22,6000         | 216,4000         | Каша пшеничная молочная              | <b>150</b>  |
| 8,3700                  | 6,5000         | 25,7000         | 192,2000         | Батон с сыром                        | <b>20/8</b> |
| 2,3560                  | 2,1250         | 16,8200         | 91,6220          | Чай с молоком                        | <b>180</b>  |
| <b>Второй завтрак</b>   |                |                 |                  |                                      |             |
| 1,2000                  | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Сок                                  | <b>100</b>  |
| <b>Обед</b>             |                |                 |                  |                                      |             |
| 0,4980                  | 2,6440         | 4,7900          | 43,7520          | Салат "Овощной"                      | <b>40</b>   |
| 1,8770                  | 4,7240         | 14,3040         | 103,6630         | Рассольник Ленинградский со сметаной | <b>150</b>  |
| 15,1000                 | 8,3300         | 17,0000         | 200,6400         | Ленивые голубцы с мясом и сметаной   | <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> |                |                 |                  |                                      |             |
| 0,4680                  | 2,5810         | 3,5200          | 38,3050          | Салат из свеклы с маслом растит.     | <b>40</b>   |
| 15,7390                 | 7,9750         | 10,9040         | 177,1000         | Суфле из рыбы                        | <b>120</b>  |
| 2,7200                  | 6,0000         | 10,9400         | 112,4000         | Картофельное пюре                    | <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>57,8820</b>          | <b>59,0830</b> | <b>224,8020</b> | <b>1628,8890</b> | <b>Итого</b>                         |             |

11.02.2026 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>          |                |                 |                  |                                      |              |
| 8,4000                  | 13,7500        | 28,2500         | 275,5000         | Каша пшеничная молочная              | <b>180</b>   |
| 8,3700                  | 6,5000         | 25,7000         | 192,2000         | Батон с сыром                        | <b>30/12</b> |
| 2,4180                  | 2,1500         | 18,8400         | 99,6720          | Чай с молоком                        | <b>200</b>   |
| <b>Второй завтрак</b>   |                |                 |                  |                                      |              |
| 1,2000                  | 0,2000         | 2,3000          | 10,6000          | Сок                                  | <b>100</b>   |
| <b>Обед</b>             |                |                 |                  |                                      |              |
| 0,6300                  | 3,5600         | 6,0490          | 57,2480          | Салат "Овощной"                      | <b>50</b>    |
| 1,8770                  | 4,7240         | 14,3040         | 103,6630         | Рассольник Ленинградский со сметаной | <b>250</b>   |
| 17,7000                 | 11,1200        | 19,6500         | 246,3900         | Ленивые голубцы с мясом и сметаной   | <b>200</b>   |
| 0,3490                  | 0,1000         | 27,7800         | 106,4840         | Компот (сухофрукты)                  | <b>200</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> |                |                 |                  |                                      |              |
| 0,5850                  | 3,4800         | 4,4000          | 50,1560          | Салат из свеклы с маслом растит.     | <b>60</b>    |
| 15,7390                 | 7,9750         | 10,9040         | 177,1000         | Суфле из рыбы                        | <b>120</b>   |
| 3,4000                  | 7,5200         | 13,6800         | 140,5000         | Картофельное пюре                    | <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>67,2920</b>          | <b>76,5520</b> | <b>274,8170</b> | <b>2012,8280</b> | <b>Итого</b>                         |              |