

12.08.2026 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					
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					
0,22	0,22	5,39	66,47	Яблоки	55
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 говядины	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	

12.08.2026 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					
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					
0,38	0,38	9,31	114,81	Яблоки	95
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 говядины	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	