

13.01.2026 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					
5,9370	6,4100	17,4620	146,9210	Каша манная молочная	150
1,4800	0,5800	10,2800	50,0000	Батон	20
3,5260	3,2410	16,5500	105,3340	Какао на молоке	150
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Фрукты	100
Обед					
0,9500	2,9900	4,6000	49,9200	Салат из квашенной капусты	45
2,0920	2,3540	14,0560	82,2610	Суп с клецками	150
9,4380	13,4810	24,0200	249,1560	Плов из кур	170
0,2690	0,0770	21,3700	81,9110	Компот (сухофрукты)	150
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	20
3,3000	0,6000	16,7000	87,0000	Хлеб ржаной	40
Уплотненный ужин					
0,1190	1,2900	0,3230	13,2980	Нарезка из квашенного огурца	30
2,0720	2,5600	16,0500	91,5800	Рагу овощное	120
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	9
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	180
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	20
41,6020	35,2370	181,9100	1171,2010	Итого	

13.01.2026 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					
7,4760	8,3850	32,7900	228,3300	Каша манная молочная	180
2,2200	0,8700	15,4200	75,0000	Батон	30
4,2310	3,9350	19,8600	126,8080	Какао на молоке	180
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Фрукты	100
Обед					
0,9500	2,9900	4,6000	49,9200	Салат из квашенной капусты	60
3,3840	4,4780	22,4830	138,1510	Суп с клецками	250
13,3850	19,1090	36,1000	360,8970	Плов из кур	200
0,3490	0,1000	27,7800	106,4840	Компот (сухофрукты)	180
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	30
3,3000	0,6000	16,7000	87,0000	Хлеб ржаной	50
Уплотненный ужин					
0,1470	1,7410	0,4000	17,7500	Нарезка из квашенного огурца	50
2,5910	3,2060	20,0700	114,4830	Рагу овощное	150
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия	25
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	200
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	30
54,0020	50,0680	241,5490	1572,7530	Итого	