

14.08.2026 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					
9,42	10,88	3,84	150,00	Омлет натуральный	130
0,04	0,01	6,99	28,00	Чай с сахаром	150
1,48	0,58	10,28	50,00	Батон	20
Второй завтрак					
0,50	0,00	10,10	42,67	Сок	100
Обед					
1,47	3,60	10,16	79,02	Свекольник со сметаной	180
0,51	2,58	2,92	36,19	Салат из белокочанной капусты	50
20,19	5,17	17,96	198,97	Жаркое по-домашнему	165
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					
0,38	0,03	5,61	22,89	Салат из моркови, протертой с сахаром	40
9,3	6,33	5,38	160,00	Сырники творожные с повидлом	120
0,04	0,01	6,99	28,00	Чай с сахаром	150
1,00	3,00	6,00	49,32	Печенье	9
Итого					

14.08.2026 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					
12,56	14,50	5,12	200,00	Омлет натуральный	155
0,06	0,02	9,99	40,00	Чай с сахаром	180
2,22	0,87	15,42	75,00	Батон	30
Второй завтрак					
0,75	0,00	15,15	76,00	Сок	150
Обед					
1,63	4,00	11,29	87,80	Свекольник со сметаной	200
0,77	3,87	4,38	54,29	Салат из белокочанной капусты	60
25,03	6,79	19,95	240,91	Жаркое по-домашнему	200
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					
0,48	0,04	7,3	29,70	Салат из моркови, протертой с сахаром	50
13,02	8,86	7,53	162,40	Сырники творожные с повидлом	150
0,06	0,02	9,99	40,00	Чай с сахаром	180
2,50	7,50	15,00	123,30	Печенье	25
Итого					