

20.08.2026 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					
0,38	0,03	5,61	22,89	Салат из моркови, протертой с сахаром	40
15,07	10,29	16,82	215,96	Творожная запеканка с повидлом	120
3,15	2,72	12,96	89,00	Кофейный напиток с молоком	150
2,09	4,90	10,32	92,05	Батон с маслом	25
Второй завтрак					
0,22	0,22	5,39	66,47	Яблоки	55
Обед					
1,94	2,04	12,34	75,42	Суп картофельный с макаронными изделиями	180
0,51	2,58	2,92	36,19	Салат из белокочанной капусты	50
7,58	5,69	3,88	101,24	Тефтели из мяса птицы	60
0,37	2,47	1,97	31,08	Соус сметанный	30
4,00	2,70	17,98	112,00	Каша гречневая рассыпчатая	120
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					
3,01	4,07	11,72	97,73	Рагу овощное	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	

20.08.2026 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					
0,48	0,04	7,30	29,70	Салат из моркови, протертой с сахаром	50
18,79	12,96	20,55	269,17	Творожная запеканка с повидлом	150
3,67	3,17	15,82	107,00	Кофейный напиток с молоком	180
3,22	6,32	15,46	127,79	Батон с маслом	35
Второй завтрак					
0,38	0,38	9,31	114,81	Яблоки	95
Обед					
2,15	2,27	13,71	83,80	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
0,77	3,87	4,38	54,29	Салат из белокочанной капусты	60
8,85	6,64	4,53	118,11	Тефтели из мяса птицы	80
0,48	3,20	2,57	4,41	Соус сметанный	50
5,14	3,47	23,12	144,00	Каша гречневая рассыпчатая	150
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					
3,76	5,10	14,65	122,20	Рагу овощное	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	