

21.08.2026 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					
3,66	2,15	19,03	110,08	Каша молочная пшеничная	150
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					
1,35	3,20	8,60	75,00	Борщ с капустой и картофелем	180
0,32	1,26	2,05	20,67	Икра кабачковая	20
14,02	13,73	9,48	249,23	Картофельная запеканка с отварным мясом	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					
0,66	1,99	5,16	42,32	Салат винегрет	50
16,27	4,67	3,87	123,90	Тефтели рыбные запеченные	60
0,25	1,44	1,99	21,41	Соус томатный	30
6,84	2,89	16,47	108,20	Каша ячневая 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	

21.08.2026 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					
4,12	2,42	21,41	123,84	Каша молочная пшеничная	180
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					
1,45	3,93	10,19	82,00	Борщ с капустой и картофелем	200
0,48	1,89	3,08	51,00	Икра кабачковая	30
17,92	17,55	11,56	318,46	Картофельная запеканка с отварным мясом	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					
0,99	2,99	7,75	63,48	Салат винегрет	150
27,12	7,78	6,45	206,50	Тефтели рыбные запеченные	100
0,39	2,60	3,08	32,55	Соус томатный	50
8,55	3,45	18,74	120,40	Каша ячневая рассыпчатая	
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	