26.10.2026 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					
6,69	3,56	22,01	146,85	Каша молочная гречневая	**130**
0,04	0,01	6,99	28,00	Чай с сахаром	**150**
2,09	4,90	10,32	92,05	Батон с маслом	**25**
Второй завтрак					
0,50	0,00	10,10	42,67	Сок	**100**
Обед					
3,95	3,79	11,75	97,02	Суп картофельный с горохом	**180**
0,51	2,58	2,92	36,19	Салат из белокочанной капусты	**50**
12,92	11,85	13,46	212,00	Котлета из куриного мяса	**85**
0,37	2,47	1,97	31,08	Соус сметанный	**30**
4,69	6,48	25,03	183,81	Макаронные изделия, отваренные с маслом	**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					
0,47	2,58	3,52	38,30	Салат из свеклы	**50**
5,74	6,89	3,54	71,59	Рыба, тушенная с овощами	**90**
2,50	3,00	24,78	130,00	Каша рисовая 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	

26.10.2026 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					
8,03	4,27	26,41	176,22	Каша молочная гречневая	**155**
0,06	0,02	9,99	40,00	Чай с сахаром	**180**
3,22	6,32	15,46	127,79	Батон с маслом	**35**
Второй завтрак					
0,75	0,00	15,15	76,00	Сок	**150**
Обед					
4,39	4,22	13,06	107,80	Суп картофельный с горохом	**200**
0,77	3,87	4,38	54,29	Салат из белокочанной капусты	**60**
20,20	24,90	12,80	357,00	Котлета из куриного мяса	**100**
0,48	3,20	2,57	40,41	Соус сметанный	**50**
5,90	8,11	31,29	229,76	Макаронные изделия, отваренные с маслом	**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					
0,58	3,48	4,40	50,15	Салат из свеклы	**60**
7,66	9,55	5,20	88,73	Рыба, тушенная с овощами	**100**
3,00	4,00	25,41	150,00	Каша рисовая 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	