

30.01.2026 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					
8,5860	6,7510	43,0120	256,4020	Каша пшеничная молочная	150
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Батон	20
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	180
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,1190	1,2900	0,3230	13,2980	Нарезка из квашеного огурца	30
1,3530	2,3440	10,3850	65,4560	Борщ с капустой и картофелем	180
9,6400	13,4900	13,5300	210,7400	Мясо тушеное с овощами в соусе	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					
17,8540	15,0540	19,5400	280,1730	Сырники творожные с повидлом	120
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Морковь, протертая с сахаром	40
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	180
46,9810	46,2860	207,0080	1386,6110	Итого	

30.01.2026 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					
10,7330	8,4390	53,7650	320,5030	Каша пшеничная молочная	180
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Батон	30
0,4560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	200
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,1470	1,7410	0,4000	17,7500	Нарезка из квашеного огурца	50
2,2920	4,6910	17,6930	117,7400	Борщ с капустой и картофелем	200
13,7900	19,3000	19,3500	301,3600	Мясо тушеное с овощами в соусе	195
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					
17,8540	15,0540	19,5400	280,1730	Сырники творожные с повидлом	150
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Морковь, протертая с сахаром	60
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	200
63,0230	69,9240	268,8480	1881,7410	Итого	