30.09.2026 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					
3,17	3,85	18,11	166,00	Каша молочная пшенная	**150**
2,65	2,33	11,31	77,00	Чай с молоком	**150**
7,25	5,70	21,55	165,20	Батон с сыром	**27**
Второй завтрак					
0,50	0,00	10,10	42,67	Сок	**100**
Обед					
1,88	4,72	14,30	103,67	Рассольник со сметанной	**180**
15,10	8,33	17,00	200,64	Ленивые голубцы со сметаной	**170**
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					
0,24	0,03	0,84	4,50	Нарезка из соленого огурца	**30**
13,50	6,10	9,70	165,40	Суфле рыбное запеченное	**100**
0,25	1,44	1,99	21,41	Соус томатный	**30**
2,04	3,20	13,63	91,50	Картофельное пюре	**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	

30.09.2026 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					
6,33	8,71	34,55	176,42	Каша молочная пшенная	**180**
2,67	2,34	14,31	89,00	Чай с молоком	**180**
8,37	6,50	25,70	192,20	Батон с сыром	**40**
Второй завтрак					
0,75	0,00	15,15	76,00	Сок	**150**
Обед					
2,02	5,30	15,40	106,45	Рассольник со сметанной	**200**
17,70	11,12	19,65	246,39	Ленивые голубцы со сметаной	**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					
0,40	0,05	1,00	7,50	Нарезка из соленого огурца	**50**
15,74	7,97	10,90	177,10	Суфле рыбное запеченное	**120**
0,39	2,60	3,08	32,55	Соус томатный	**50**
2,45	3,84	16,35	109,80	Картофельное пюре	**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	