30.10.2026 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					
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	

30.10.2026 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					
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	**60**
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	**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	