

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					
6,7000	11,0000	22,6000	216,4000	Суп молочный с макаронными изделиями	150
1,4800	0,5800	10,2800	50,0000	Батон	20
3,5260	3,2410	16,5500	105,3340	Какао с молоком	150
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,6600	1,9900	5,1600	42,3200	Салат "Винегрет"	40
1,0280	2,3150	6,7230	50,1620	Щи из свежей капусты с картофелем	180
13,1300	7,2200	2,9000	128,1000	Гуляш из мяса в томатно-сметанном соусе	40/20
4,7410	5,5540	27,4560	171,9080	Каша гречневая рассыпчатая	120
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					
4,2700	5,5900	35,1900	199,2800	Картофель в молоке	180
0,1400	0,0000	12,6360	47,9470	Чай с сахаром	180
1,0000	3,0000	6,0000	49,3200	Кондитерские изделия	9
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	20
47,0950	42,7670	202,2290	1324,8220	Итого	

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					
8,4000	13,7500	28,2500	275,5000	Суп молочный с макаронными изделиями	180
2,2200	0,8700	15,4200	75,0000	Батон	30
4,2310	3,9350	19,8600	126,8080	Какао с молоком	180
Второй завтрак					
1,2000	0,2000	2,3000	10,6000	Сок	100
Обед					
0,9900	2,9900	7,7500	63,4800	Салат "Винегрет"	60
1,7520	4,6410	11,1390	90,5440	Щи из свежей капусты с картофелем	200
18,0000	9,5000	5,6000	178,1000	Гуляш из мяса в томатно-сметанном соусе	60/30
6,0900	6,2000	32,7000	202,8000	Каша гречневая рассыпчатая	150
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					
4,7600	6,2400	39,2900	222,5300	Картофель в молоке	200
0,1560	0,0000	14,0400	53,2740	Чай с сахаром	200
2,5000	7,5000	15,0000	123,3000	Кондитерские изделия	25
1,5000	0,1000	10,0000	47,4000	Хлеб пшеничный	30
6,9960	10,2200	67,1000	374,4740	Итого	