

31.08.2026 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	

31.08.2026 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	