

Утверждаю:
Руководитель СПДС «Радуга»
_____ Артамонова Н.И.

Ежедневное меню СПДС «Солнышко»
ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево

на 22 апреля 2022 года

День недели: ПЯТНИЦА
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День недели: ПЯТНИЦА
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний
Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	178,901
	Чай	150	39,96
	Батон с шоколадным маслом	20/5	92,004
	Всего за завтрак	325	310,86
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	150	40,277
	ОБЕД		
	Салат из свеклы с чесноком	40	101,7
	Щи со свежей капустой со сметаной	150/5	158,249
	Азу из картофеля	120	129,323
	Кисель	150	161,605
	Хлеб пшеничный	20	76,693
	Хлеб ржаной	40	42,866
	Всего за обед	525	670,2
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/10	280,173
	Хлеб пшеничный	20	46,292
	Чай «С» витаминизация	150	75
	Всего за полдник	200	401,3
	Всего за день	1227	1422,5

ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	180	178,901
	Чай	180	92,004
	Батон с маслом	30/5	79,451
	Всего за завтрак	395	350,3
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	180	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	50	42,6
	Суп рыбный	200	136,95
	Котлета по домашнему. Соус	70/20	129,323
	Греча	100	161,605
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	659,353
	Всего за обед	700	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Сырники из творога с повидлом	150/20	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Всего за полдник	410	397,9
	Всего за день	1685	1482,7