

Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ
с.Нижнее Санчелеево
_____ Воробьев Н.В.

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

на 20 сентября 2023 года

День недели: СРЕДА
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний
с 3 до 7 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	200	178,901
	Чай с лимоном	180	0,528
	Батон с маслом с сыром	35/5/5	79,451
	Всего за завтрак	425	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	95	30,794
	Всего за 2-й завтрак	95	30,794
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	30	82,1
	Суп с курицей и клецками	200	48,936
	Плов из мяса	150	209,329
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	45	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	655	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Макароны запеченные с яйцом с повидлом	150/10	215
	Чай	180	0,528
	Всего за полдник	380	253,547
	Всего за день	1555	

День недели: СРЕДА
 Неделя: первая
 Сезон: весенне-летний
 с 1 до 3лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	170,8
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,004
	Всего за завтрак	340	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Свежий фрукт	95	30,794
	Всего за 2-й завтрак	95	30,794
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	25	35,88
	Суп с курицей и клецками	150	39,460
	Плов из мяса	120	129,323
	Компот	150	161,605
	Хлеб пшеничный	30	76,693
	Хлеб ржаной	40	42,866
	Всего за обед	515	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Макароны запеченные с яйцом с повидлом	120/10	215
	Чай	150	280,173
	Всего за полдник	320	46,292
	Всего за день	1270	