

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

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

на 11 октября 2023 года

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

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша ячневая молочная	180	174,431
	Чай с лимоном	180	46,292
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,059
	Всего за завтрак	415	443,890
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	100	30,794
	Всего за 2-й завтрак	100	30,794
	ОБЕД		
	Салат из квашенной капусты	30	49,92
	Суп вермишелевый с курицей	200	82,261
	Гуляш мясной	80	119,3
	Пюре Картофельное	100	152,5
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	670	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Омлет с кукурузой	150/10	76,815
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	60,46
	Всего за полдник	410	253,547
	Всего за день	1595	

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

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша ячневая молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	46,292
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	340	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Свежий фрукт	95	40,277
	Всего за 2-й завтрак	95	40,277
	ОБЕД		
	Салат из квашенной капусты	25	77,8
	Суп вермишелевый с курицей	150	39,460
	Гуляш мясной	60	129,323
	Пюре Картофельное	80	161,605
	Компот	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	525	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Омлет с кукурузой	120/10	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	150	60,46
	Всего за полдник	340	253,547
	Всего за день	1300	