

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

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

на 16 ноября 2023 года

День недели: **ЧЕТВЕРГ**

Неделя: первая

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 молоком | 180 | 92,004 |
| | Батон с маслом с сыром | 20/5/5 | 79,451 |
| | Всего за завтрак | 390 | 345,496 |
| | 2-Й ЗАВТРАК | | |
| | Свежий фрукт | 100 | 30,794 |
| | Всего за 2-й завтрак | 100 | 30,794 |
| | ОБЕД | | |
| | Салат из квашеной капусты с луком | 50 | 49,92 |
| | Рассольник «Ленинградский» со сметаной | 200/5 | 158,249 |
| | Тефтели мясные | 70 | 150,5 |
| | Кисель | 180 | 76,693 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 42,866 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 69,353 |
| | Всего за обед | 575 | 547,754 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | |
| | Кондитерские изделия | 40 | |
| | Капуста тушеная | 150 | 114,483 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 42,866 |
| | Чай с лимоном | 180 | 0,528 |
| | Всего за полдник | 410 | 157,747 |
| | Всего за день | 1475 | |

День недели: ЧЕТВЕРГ

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

с 1 до 3лет

| № реп. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность(ккал) |
|-----------|--|-----------------|----------------------------------|
| | ЗАВТРАК | | |
| | Каша ячневая молочная | 150 | 178,901 |
| | Чай с молоком | 150 | 92,004 |
| | Батон с маслом с сыром | 20/5/5 | 79,451 |
| | Всего за завтрак | 330 | 350,644 |
| | 2-Й ЗАВТРАК | | |
| | Свежий фрукт | 95 | 30,794 |
| | Всего за 2-й завтрак | 95 | 30,794 |
| | ОБЕД | | |
| | Салат из квашеной капусты с луком | 40 | 49,92 |
| | Рассольник «Ленинградский» со сметаной | 150/5 | 158,249 |
| | Тефтели мясные | 50 | 107,54 |
| | Кисель «С» витаминизация | 150 | 161,605 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 76,693 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 42,866 |
| | Всего за обед | 455 | 593,754 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | |
| | Кондитерские изделия | 40 | |
| | Капуста тушеная | 120 | 114,483 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 42,866 |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,528 |
| | Всего за полдник | 330 | 313,730 |
| | Всего за день | 1210 | |