

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

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

на 04 декабря 2023 года

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

с 3 до 7 лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|--|-----------------|----------------------------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>   |                 |                                  |
|           | Каша вязкая молочная с хлопьями<br>овсяными «Геркулес» | 180             | 178,901                          |
|           | Чай  | 180             | 92,004                           |
|           | Батон с маслом   | 30/5            | 79,451                           |
|           | <b>Всего за завтрак</b>                                | <b>395</b>      | <b>205,496</b>                   |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                     |                 |                                  |
|           | Сок  | 180             | 40,277                           |
|           | <b>Всего за 2-й завтрак</b>                            | <b>180</b>      | <b>40,277</b>                    |
|           | <b>ОБЕД</b>  |                 |                                  |
|           | Свекольный салат                                       | 50              | 1,832                            |
|           | Суп рыбный   | 200             | 39,460                           |
|           | Котлета по домашнему. Соус                             | 70/20           | 129,323                          |
|           | Греча  | 100             | 161,605                          |
|           | Компот   | 180             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный   | 30              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной  | 50              | 69,353                           |
|           | <b>Всего за обед</b>                                   | <b>700</b>      | <b>576,754</b>                   |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                             |                 |                                  |
|           | Кисломолочный продукт                                  | 180             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                   | 40              |                                  |
|           | Сырники из творога с повидлом                          | 150/20          | 280,173                          |
|           | Хлеб пшеничный   | 20              | 42,866                           |
|           | <b>Всего за полдник</b>                                | <b>410</b>      | <b>253,547</b>                   |
|           | <b>Всего за день</b>                                   | <b>1685</b>     |                                  |

День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

с 1 до 3лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                      | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|---|-----------------|----------------------------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |                 |                                  |
|           | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» | 150             | 178,901                          |
|           | Чай   | 150             | 92,004                           |
|           | Батон с маслом                                      | 30/5            | 79,451                           |
|           | <b>Всего за завтрак</b>                             | <b>335</b>      | <b>205,496</b>                   |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                  |                 |                                  |
|           | Сок   | 150             | 40,277                           |
|           | <b>Всего за 2-й завтрак</b>                         | <b>150</b>      | <b>40,277</b>                    |
|           | <b>ОБЕД</b>   |                 |                                  |
|           | Свекольный салат                                    | 40              | 54,435                           |
|           | Суп рыбный  | 150             | 79,1                             |
|           | Котлета по домашнему/Соус                           | 60/20           | 129,323                          |
|           | Греча   | 80              | 161,605                          |
|           | Компот  | 150             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный                                      | 30              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной   | 40              | 69,353                           |
|           | <b>Всего за обед</b>                                | <b>490</b>      | <b>576,754</b>                   |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                          |                 |                                  |
|           | Кисломолочный продукт                               | 150             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                | 40              |                                  |
|           | Сырники из творога с повидлом                       | 120/20          | 316,59                           |
|           | <b>Всего за полдник</b>                             | <b>330</b>      | <b>253,547</b>                   |
|           | <b>Всего за день</b>                                | <b>1305</b>     |                                  |