

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

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

на 16 января 2024 года

День недели: ВТОРНИК

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

с 3 до 7 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша молочная гречневая жидкая	200	178,901
	Кофейный напиток на молоке	180	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	405	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	180	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	50	39,460
	Свекольник со сметаной	200	120,85
	Рыбно-рисовая запеканка	150	129,323
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	650	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Рагу овощное	150	108,88
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Напиток из плодов шиповника. «С» витаминизация	180	71,453
	Всего за полдник	400	253,547
	Всего за день	1635	

День недели: ВТОРНИК

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

с 1 до 3лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша молочная гречневая жидкая	150	170,8
	Кофейный напиток на молоке	150	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	325	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	150	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	40	39,460
	Свекольник со сметаной	150	129,323
	Рыбно-рисовая запеканка	120	161,605
	Компот	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	520	576,754
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Рагу овощное	120/20	280,173
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Напиток из плодов шиповника. «С» витаминизация	150	46,292
	Всего за полдник	360	253,547
	Всего за день	1355	