

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель СПДС «Радуга»
_____ Артамонова Н.И.

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

на 1 апреля 2022 год

День недели: ПЯТНИЦА
Неделя: вторая
Сезон: весенне-летний
Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша вязкая пшеничная молочная	150	178,901
Чай	150	170,8
Батон с шоколадным маслом	30/5	92,004
Всего за завтрак	335	79,451
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	150	40,277
Всего за 2-й завтрак	150	40,277
ОБЕД		
Салат из соленого огурца с луком	25	82,1
Борщ мясной со свежей капустой и картофелем со сметаной	150/5	39,460
Жаркое по домашнему	120	129,323
Компот «С» витаминизация	150	76,693
Хлеб пшеничный	20	42,866
Хлеб ржаной	40	69,353
Всего за обед	510	576,754
ПОЛДНИК		
Сок	150	75
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	190	
УЖИН		
Запеканка из творога со сгущённым молоком	120/10	280,173
Сок	150	46,292
Всего за ужин	280	253,547
Всего за день	1465	

День недели: ПЯТНИЦА
 Неделя: вторая
 Сезон: весенне-летний
 Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша вязкая пшеничная молочная	180	178,901
Чай	150	92,004
Батон с шоколадным маслом	30/5	92,059
Всего за завтрак	365	443,890
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	180	40,277
Всего за 2-й завтрак	180	40,277
ОБЕД		
Салат из соленого огурца с луком	30	82,1
Борщ мясной со свежей капустой и картофелем со сметаной	180/5	65,456
Жаркое по домашнему	150	114,483
Компот «С» витаминизация	180	76,390
Хлеб пшеничный	30	42,866
Хлеб ржаной	50	69,353
Всего за обед	625	576,754
ПОЛДНИК		
Сок	180	75
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	220	
УЖИН		
Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	280,173
Сок	180	46,292
Всего за ужин	350	253,547
Всего за день	1740	