

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

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

на 4 апреля 2022 год

День недели: **ПОНЕДЕЛЬНИК**
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний
Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	178,901
Чай с сахаром с лимоном	150	92,004
Батон с маслом	30/5	79,451
Всего за завтрак	335	205,496
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	150	40,277
Всего за 2-й завтрак	150	40,277
ОБЕД		
Салат луковый	25	5,657
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	39,460
Суфле из печени. Соус белый основной	60	129,323
Макароны отварные с маслом	100	161,605
Компот	150	76,693
Хлеб пшеничный	30	42,866
Хлеб ржаной	40	69,353
Всего за обед	555	576,754
ПОЛДНИК		
Кисломолочный продукт	150	75
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	190	
УЖИН		
Запеканка из творога с повидлом	120/20	280,173
Чай	150	46,292
Всего за ужин	290	253,547
Всего за день	1520	

День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК
 Неделя: первая
 Сезон: весенне-летний
 Возрастная категория с 3 до 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	178,901
Чай с сахаром с лимоном	180	92,004
Батон с маслом	30/5	79,451
Всего за завтрак	415	205,496
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	180	40,277
Всего за 2-й завтрак	180	40,277
ОБЕД		
Салат луковый	30	5,657
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	39,460
Суфле из печени. Соус белый основной	70/20	129,323
Макаронны отварные с маслом	100	161,605
Компот	180	76,693
Хлеб пшеничный	30	42,866
Хлеб ржаной	50	69,353
Всего за обед	680	576,754
ПОЛДНИК		
Кисломолочный продукт	180	75
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	220	
УЖИН		
Запеканка из творога с повидлом	150/20	280,173
Чай	180	46,292
Всего за ужин	350	253,547
Всего за день	1845	