

УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель СПДС «Радуга»  
\_\_\_\_\_ Артамонова Н.И.

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

На 11 апреля 2022 год

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая 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>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный продукт	150	75
Кондитерские изделия	40	
<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
<b>УЖИН</b>		
Сырники из творога с повидлом	120/20	316,59
Чай	150	46,292
<b>Всего за ужин</b>	<b>290</b>	<b>253,547</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1455</b>	

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша вязкая молочная с хлопьями 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>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный продукт	180	75
Кондитерские изделия	40	
<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
<b>УЖИН</b>		
Сырники из творога с повидлом	150/20	280,173
Хлеб пшеничный	20	42,866
Чай	180	46,292
<b>Всего за ужин</b>	<b>370</b>	<b>253,547</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1667</b>	