

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

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

На 13 апреля 2022 год

День недели: СРЕДА  
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 ячневая молочная	150	178,901
Чай с лимоном	150	46,292
Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
<b>Всего за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>79,451</b>
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
Свежий фрукт	95	40,277
<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	<b>40,277</b>
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашенной капусты	25	77,8
Суп вермишелевый с курицей	150	39,460
Гуляш мясной	60	129,323
Пюре Картофельное	80	161,605
Компот	150	76,693
Хлеб пшеничный	20	42,866
Хлеб ржаной	40	69,353
<b>Всего за обед</b>	<b>525</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>		
Омлет с кукурузой	120/10	280,173
Хлеб пшеничный	20	42,866
Чай	150	60,46
<b>Всего за ужин</b>	<b>300</b>	<b>253,547</b>
<b>Всего за день</b>	<b>1450</b>	

День недели: СРЕДА  
 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 ячневая молочная	180	174,431
Чай с лимоном	180	46,292
Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,059
Всего за завтрак	415	443,890
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
Свежий фрукт	100	30,794
Всего за 2-й завтрак	100	30,794
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашенной капусты	30	49,92
Суп вермишелевый с курицей	200	82,261
Гуляш мясной	80	119,3
Пюре Картофельное	100	152,5
Компот	180	76,693
Хлеб пшеничный	30	42,866
Хлеб ржаной	50	69,353
Всего за обед	670	576,754
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кисломолочный продукт	180	75
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	220	
<b>УЖИН</b>		
Омлет с кукурузой	150/10	76,815
Хлеб пшеничный	30	42,866
Чай	180	60,46
Всего за ужин	370	253,547
Всего за день	1775	