

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

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

На 14 апреля 2022 год

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150	178,901
Чай с молоком	150	170,8
Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
Всего за завтрак	330	79,451
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	150	40,277
Всего за 2-й завтрак	150	40,277
ОБЕД		
Свекольный салат	40	1,832
Суп гороховый	150	39,460
Ленивые голубцы	150	129,323
Соус сметанный с томатом	20	161,605
Кисель	150	76,693
Хлеб пшеничный	20	42,866
Хлеб ржаной	40	69,353
Всего за обед	570	576,754
ПОЛДНИК		
Молоко	150	85
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	190	
УЖИН		
Овощи тушеные	130	280,173
Хлеб пшеничный	20	42,866
Чай	150	46,292
Всего за ужин	300	253,547
Всего за день	1540	

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	180	178,901
Чай с молоком	150	92,004
Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,059
Всего за завтрак	370	443,890
2-Й ЗАВТРАК		
Сок	180	40,277
Всего за 2-й завтрак	180	40,277
ОБЕД		
Свекольный салат	50	1,832
Суп гороховый	200	100,346
Ленивые голубцы	200	114,483
Соус сметанный с томатом	30	21,265
Кисель	180	76,693
Хлеб пшеничный	20	42,866
Хлеб ржаной	50	69,353
Всего за обед	730	576,754
ПОЛДНИК		
Молоко	180	85
Кондитерские изделия	40	
Всего за полдник	220	
УЖИН		
Овощи тушеные	150	284,94
Хлеб пшеничный	30	42,866
Чай	180	0,528
Всего за ужин	360	253,547
Всего за день	1860	