

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

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

на 04 мая 2022 года

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	Каша манная молочная	200	178,901
	Чай с лимоном	180	41
	Батон с маслом с сыром	35/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>425</b>	<b>299,3</b>
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	Свежий фрукт	95	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	<b>30,794</b>
	<b>ОБЕД</b>		
	Салат из соленого огурца с луком	30	82,1
	Суп с курицей и клецками	200	48,936
	Плов из мяса	150	209,329
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	45	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>655</b>	<b>529</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Сок	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	Макаронны запеченные с яйцом с повидлом	150/10	215
	Чай	180	39,52
	<b>Всего за ужин</b>	<b>340</b>	<b>254,5</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1740</b>	<b>1188,5</b>

День недели: СРЕДА

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	41
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>299,3</b>
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	Свежий фрукт	95	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	<b>30,794</b>
	<b>ОБЕД</b>		
	Салат из соленого огурца с луком	25	82,1
	Суп с курицей и клецками	150	48,936
	Плов из мяса	120	209,329
	Компот	150	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>515</b>	<b>529</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Сок	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	Макаронны запеченные с яйцом с повидлом	120/10	215
	Чай	150	39,52
	<b>Всего за ужин</b>	<b>280</b>	<b>254,5</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1420</b>	<b>1188,5</b>