

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

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

на 11 мая 2022 года

День недели: СРЕДА

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	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	312,2
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	100	40,794
	Всего за 2-й завтрак	100	40,794
	ОБЕД		
	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
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	220	
	УЖИН		
	Омлет с кукурузой	150/10	280,173
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	60,46
	Всего за ужин	370	180,06
	Всего за день	1775	1769,36

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

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша ячневая молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	46,292
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	340	312,2
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	95	40,277
	Всего за 2-й завтрак	95	40,277
	ОБЕД		
	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
	Всего за обед	525	596,8
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	190	
	УЖИН		
	Омлет с кукурузой	120/10	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	150	60,46
	Всего за ужин	300	383,36
	Всего за день	1450	1769,36