

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

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

на 12 мая 2022 года

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

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	180	178,901
	Чай с молоком	150	89
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,004
	Всего за завтрак	370	359,9
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	180	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	50	46
	Суп гороховый	200	39,460
	Ленивые голубцы	200	129,323
	Соус сметанный с томатом	30	161,605
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	730	565
	ПОЛДНИК		
	Молоко	180	85
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	220	
	УЖИН		
	Овощи тушеные	150	280,173
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	46,292
	Всего за ужин	360	369,1
	Всего за день	1860	1419,2

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

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай с молоком	150	89
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	330	359,9
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	150	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	40	46
	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	565
	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	369,1
	Всего за день	1540	1419,2