

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ  
с.Нижнее Санчелеево  
\_\_\_\_\_ Воробьев Н.В.

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

на 22 июня 2022 года

День недели: СРЕДА  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний  
с 3 до 7 лет

№ реп.	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
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>415</b>	<b>443,890</b>
	<b>2-й ЗАВТРАК</b>		
	Свежий фрукт	100	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>100</b>	<b>30,794</b>
	<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
	<b>Всего за обед</b>	<b>670</b>	<b>576,754</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	Кондитерские изделия	40	
	Омлет с кукурузой	150/10	76,815
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	60,46
	<b>Всего за полдник</b>	<b>410</b>	<b>253,547</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1595</b>	

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

№ реп.	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>	79,451
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		205,496
	Свежий фрукт	95	40,277
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	40,277
	<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>	576,754
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	Кондитерские изделия	40	
	Омлет с кукурузой	120/10	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	150	60,46
	<b>Всего за полдник</b>	<b>340</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1300</b>	