

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

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

на 11 октября 2022 года

День недели: ВТОРНИК
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

| № реп. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность(ккал) |
|-----------|------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
| | ЗАВТРАК | | |
| | Каша вязкая молочная «Дружба» | 180 | 178,901 |
| | Кофейный напиток | 180 | 92,004 |
| | Батон с маслом | 20/5 | 79,451 |
| | Всего за завтрак | 355 | 205,496 |
| | 2-Й ЗАВТРАК | | |
| | Сок | 180 | 40,277 |
| | Всего за 2-й завтрак | 180 | 40,277 |
| | ОБЕД | | |
| | Салат «Витаминный» | 50 | 1,832 |
| | Рассольник со сметаной | 200/5 | 47,3 |
| | Рыба тушеная с овощами | 70/20 | 56,343 |
| | Пюре гороховое | 100 | 123,52 |
| | Кисель | 180 | 76,693 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 42,866 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 69,353 |
| | Всего за обед | 705 | 576,754 |
| | ПОЛДНИК | | |
| | Сок | 180 | 75 |
| | Кондитерские изделия | 40 | |
| | Всего за полдник | 220 | |
| | УЖИН | | |
| | Салат из зеленого горошка(консерв) | 50 | 42,654 |
| | Макароны отварные с маслом | 180 | 161,605 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 42,866 |
| | Чай | 150 | 60,46 |
| | Всего за ужин | 310 | 253,547 |
| | Всего за день | 1770 | |

День недели: ВТОРНИК
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: с 1 до 3 лет

| № реп. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность(ккал) |
|-----------|------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
| | ЗАВТРАК | | |
| | Каша вязкая молочная «Дружба» | 150 | 170,8 |
| | Кофейный напиток | 150 | 92,004 |
| | Батон с шоколадным маслом | 20/5 | 79,451 |
| | Всего за завтрак | 325 | 205,496 |
| | 2-Й ЗАВТРАК | | |
| | Сок | 150 | 40,277 |
| | Всего за 2-й завтрак | 150 | 40,277 |
| | ОБЕД | | |
| | Салат «Витаминный» | 40 | 39,460 |
| | Рассольник со сметанной | 150/5 | 129,323 |
| | Рыба тушеная с овощами | 60/20 | 161,605 |
| | Пюре гороховое | 80 | 76,693 |
| | Кисель | 150 | 42,866 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 69,353 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 576,754 |
| | Всего за обед | 565 | |
| | ПОЛДНИК | | 75 |
| | Сок | 150 | 40,277 |
| | Кондитерские изделия | 40 | |
| | Всего за полдник | 190 | |
| | УЖИН | | 280,173 |
| | Салат из зеленого горошка(консерв) | 50 | 46,292 |
| | Макароны отварный с маслом | 120 | 161,605 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 253,547 |
| | Чай | 150 | 60,46 |
| | Всего за ужин | 340 | 290,335 |
| | Всего за день | 1570 | |