

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

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

на 21 марта 2023 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)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	180	178,901
	Кофейный напиток	180	92,004
	Батон с маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	<b>355</b>	205,496
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	<b>180</b>	40,277
	<b>ОБЕД</b>		
	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	<b>705</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	Сок	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	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	<b>310</b>	253,547
	Всего за день	<b>1770</b>	

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)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	150	170,8
	Кофейный напиток	150	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	<b>325</b>	205,496
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	<b>150</b>	40,277
	<b>ОБЕД</b>		
	Салат «Витаминный»	40	39,460
	Рассольник со сметаной	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	<b>565</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>		75
	Сок	150	40,277
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	<b>190</b>	
	<b>УЖИН</b>		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	<b>340</b>	290,335
	Всего за день	<b>1570</b>	