

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

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

на 24 апреля 2023 года

День недели: **ПОНЕДЕЛЬНИК**  
Неделя: первая  
Сезон: весенне-летний  
Возрастная категория: с 3 до 7 лет

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------|---|--------------|-------------------------------|
|        | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |              |                               |
| 29     | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» | 200          | 178,901                       |
| 57     | Чай с сахаром с лимоном                             | 180          | 92,004                        |
| 59     | Батон с маслом                                      | 30/5         | 79,451                        |
|        | <b>Всего за завтрак</b>                             | <b>415</b>   | <b>205,496</b>                |
|        | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                  |              |                               |
| 79     | Сок   | 180          | 40,277                        |
|        | <b>Всего за 2-й завтрак</b>                         | <b>180</b>   | <b>40,277</b>                 |
|        | <b>ОБЕД</b>   |              |                               |
| 58     | Салат из соленого огурца                            | 30           | 5,657                         |
| 26     | Суп картофельный с мясными фрикадельками            | 200          | 39,460                        |
| 45/122 | Суфле из печени. Соус белый основной                | 70/20        | 129,323                       |
| 46     | Макароны отварные с маслом                          | 100          | 161,605                       |
| 58     | Компот  | 180          | 76,693                        |
| 87     | Хлеб пшеничный                                      | 30           | 42,866                        |
| 86     | Хлеб ржаной   | 50           | 69,353                        |
|        | <b>Всего за обед</b>                                | <b>680</b>   | <b>576,754</b>                |
|        | <b>ПОЛДНИК</b>                                      |              |                               |
| 80     | Кисломолочный продукт                               | 180          | 75                            |
|        | Кондитерские изделия                                | 40           |                               |
|        | <b>Всего за полдник</b>                             | <b>220</b>   |                               |
|        | <b>УЖИН</b>   |              |                               |
| 47     | Запеканка из творога с повидлом                     | 150/20       | 280,173                       |
| 57     | Чай   | 180          | 46,292                        |
|        | <b>Всего за ужин</b>                                | <b>350</b>   | <b>253,547</b>                |
|        | <b>Всего за день</b>                                | <b>1845</b>  |                               |

**День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК**  
**Неделя: первая**  
**Сезон: весенне-летний**  
**Возрастная категория: с 1 до 3 лет**

| №<br>рец.  | Приём пищи, наименование блюда                      | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|------------|---|-----------------|----------------------------------|
|            | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |                 |                                  |
| 29         | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» | 150             | 178,901                          |
| 57         | Чай с сахаром с лимоном                             | 150             | 92,004                           |
| 59         | Батон с маслом                                      | 30/5            | 79,451                           |
|            | <b>Всего за завтрак</b>                             | <b>335</b>      | <b>205,496</b>                   |
|            | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                  |                 |                                  |
| 79         | Сок   | 150             | 40,277                           |
|            | <b>Всего за 2-й завтрак</b>                         | <b>150</b>      | <b>40,277</b>                    |
|            | <b>ОБЕД</b>   |                 |                                  |
| 58         | Салат из соленого огурца                            | 25              | 5,657                            |
| 26         | Суп картофельный с мясными фрикадельками            | 150             | 39,460                           |
| 45/12<br>2 | Суфле из печени. Соус белый основной                | 60              | 129,323                          |
| 46         | Макароны отварные с маслом                          | 100             | 161,605                          |
|            | Компот  | 150             | 76,693                           |
| 87         | Хлеб пшеничный                                      | 30              | 42,866                           |
| 86         | Хлеб ржаной   | 40              | 69,353                           |
|            | <b>Всего за обед</b>                                | <b>555</b>      | <b>576,754</b>                   |
|            | <b>ПОЛДНИК</b>                                      |                 |                                  |
| 80         | Кисломолочный продукт                               | 150             | 75                               |
|            | Кондитерские изделия                                | 40              |                                  |
|            | <b>Всего за полдник</b>                             | <b>190</b>      |                                  |
|            | <b>УЖИН</b>   |                 |                                  |
| 47         | Запеканка из творога с повидлом                     | 120/20          | 280,173                          |
| 57         | Чай   | 150             | 46,292                           |
|            | <b>Всего за ужин</b>                                | <b>290</b>      | <b>253,547</b>                   |
|            | <b>Всего за день</b>                                | <b>1520</b>     |                                  |