

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

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

на 1 августа 2023 года

День недели: **ВТОРНИК**

Неделя: **вторая**

Сезон: **весенне-летний**

Возрастная категория: **с 3 до 7 лет**

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

День недели: ВТОРНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

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