

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

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

на 21 ноября 2024 года

День недели: **ЧЕТВЕРГ**

Неделя: первая

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 молоком	180	92,004
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>390</b>	<b>345,496</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 квашеной капусты с луком	50	49,92
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/5	158,249
	Тефтели мясные	70	150,5
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>575</b>	<b>547,754</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	Кондитерские изделия	40	
	Капуста тушеная	150	114,483
	Хлеб пшеничный	40	42,866
	Чай с лимоном	180	0,528
	<b>Всего за полдник</b>	<b>410</b>	<b>157,747</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1475</b>	

День недели: ЧЕТВЕРГ

Неделя: первая

Сезон: весенне-летний

с 1 до 3 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	Каша ячневая молочная	150	178,901
	Чай с молоком	150	92,004
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>350,644</b>
	<b>2-й ЗАВТРАК</b>		
	Свежий фрукт	95	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	<b>30,794</b>
	<b>ОБЕД</b>		
	Салат из квашеной капусты с луком	40	49,92
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	150/5	158,249
	Тефтели мясные	50	107,54
	Кисель «С» витаминизация	150	161,605
	Хлеб пшеничный	20	76,693
	Хлеб ржаной	40	42,866
	<b>Всего за обед</b>	<b>455</b>	<b>593,754</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	Кондитерские изделия	40	
	Капуста тушеная	120	114,483
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай с лимоном	150	0,528
	<b>Всего за полдник</b>	<b>330</b>	<b>313,730</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1210</b>	