

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 25 августа 2025 года

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                      | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|-----------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                                      |                 |                                  |
| 29        | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» | 180             | 178,901                          |
| 57        | Чай                                                 | 180             | 92,004                           |
| 59        | Батон с маслом                                      | 30/5            | 79,451                           |
|           | Всего за завтрак                                    | <b>395</b>      | 205,496                          |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                  |                 |                                  |
| 79        | Сок                                                 | 180             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                                | <b>180</b>      | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                                         |                 |                                  |
| 63        | Свекольный салат                                    | 50              | 54,435                           |
| 23        | Суп рыбный                                          | 200             | 39,460                           |
| 56        | Котлета. Соус                                       | 70/20           | 129,323                          |
| 43        | Греча                                               | 100             | 161,605                          |
| 58        | Компот                                              | 180             | 76,693                           |
| 87        | Хлеб пшеничный                                      | 30              | 42,866                           |
| 86        | Хлеб ржаной                                         | 50              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                       | <b>700</b>      | 576,754                          |
|           | <b>ПОЛДНИК</b>                                      |                 |                                  |
| 80        | Кисломолочный продукт                               | 180             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                | 40              |                                  |
|           | Всего за полдник                                    | <b>220</b>      |                                  |
|           | <b>УЖИН</b>                                         |                 |                                  |
| 68        | Сырники из творога с повидлом                       | 150/20          | 280,173                          |
| 87        | Хлеб пшеничный                                      | 20              | 42,866                           |
| 57        | Чай                                                 | 180             | 46,292                           |
|           | Всего за ужин                                       | <b>370</b>      | 253,547                          |
|           | Всего за день                                       | <b>1667</b>     |                                  |

День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

| №<br>реп. | 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                                                 | 150             | 92,004                           |
| 59        | Батон с шоколад.маслом                              | 30/5            | 79,451                           |
|           | Всего за завтрак                                    | 335             | 205,496                          |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                  |                 |                                  |
| 79        | Сок                                                 | 150             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                                | 150             | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                                         |                 |                                  |
| 63        | Свекольный салат                                    | 40              | 54,435                           |
| 23        | Суп рыбный                                          | 150             | 79,1                             |
| 56        | Котлета /Соус                                       | 60/20           | 129,323                          |
| 43        | Греча                                               | 80              | 161,605                          |
| 58        | Компот                                              | 150             | 76,693                           |
| 87        | Хлеб пшеничный                                      | 30              | 42,866                           |
| 86        | Хлеб ржаной                                         | 40              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                       | 490             | 576,754                          |
|           | <b>ПОЛДНИК</b>                                      |                 |                                  |
| 80        | Кисломолочный продукт                               | 150             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                | 40              |                                  |
|           | Всего за полдник                                    | 190             |                                  |
|           | <b>УЖИН</b>                                         |                 |                                  |
| 68        | Сырники из творога с повидлом                       | 120/20          | 316,59                           |
| 87        | Хлеб пшеничный                                      | 20              | 42,866                           |
| 57        | Чай                                                 | 150             | 46,292                           |
|           | Всего за ужин                                       | 290             | 253,547                          |
|           | Всего за день                                       | 1455            |                                  |