

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 23 сентября 2025 года

**День недели: ВТОРНИК**  
**Неделя: вторая**  
**Сезон: осенне-зимний**  
**Возрастная категория: с 3 до 7 лет**

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда     | Масса<br>порции | Энергетическая<br>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**

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда     | Масса<br>порции | Энергетическая<br>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                   | 325             | 205,496                          |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                 |                 |                                  |
|           | Сок                                | 150             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак               | 150             | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                        |                 |                                  |
|           | Салат «Витаминный»                 | 40              | 39,460                           |
|           | Рассольник со сметанной            | 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                      | 565             |                                  |
|           | <b>ПОЛДНИК</b>                     |                 | 75                               |
|           | Сок                                | 150             | 40,277                           |
|           | Кондитерские изделия               | 40              |                                  |
|           | Всего за полдник                   | 190             |                                  |
|           | <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                      | 340             | 290,335                          |
|           | Всего за день                      | 1570            |                                  |