

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 10 ноября 2025 года

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

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

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

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