

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 27 ноября 2025 года

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**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 ячневая молочная</b>	180	174,431
	<b>Чай</b>	180	92,004
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>390</b>	205,496
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	<b>Свежий фрукт</b>	100	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>100</b>	40,277
	<b>ОБЕД</b>		
	<b>Салат редьки с морковью</b>	50	49,92
	<b>Суп с клецками</b>	200/5	48,936
	<b>Гуляш</b>	70	150,5
	<b>Гречка</b>	100	161,605
	<b>Кисель</b>	180	76,693
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Хлеб ржаной</b>	50	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>557</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>Омлет</b>	150	114,483
	<b>Хлеб пшеничный</b>	40	42,866
	<b>Чай с шиповником</b>	180	0,528
	<b>Всего за ужин</b>	<b>370</b>	153,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1735</b>	

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**Неделя: первая**

**Сезон: осенне-зимний**

**Возрастная категория: с 1 до 3 лет**

№ реп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>			
	<b>Каша ячневая молочная</b>	150	178,901
	<b>Чай</b>	150	92,004
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	379,644
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>			
	<b>Свежий фрукт</b>	95	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	30,794
<b>ОБЕД</b>			
	<b>Салат редьки с морковью</b>	40	49,92
	<b>Рассольник «Ленинградский» со сметаной</b>	150/5	39,460
	<b>Тефтели мясные</b>	50	107,54
	<b>Гречка</b>	80	161,605
	<b>Кисель «С» витаминизация</b>	150	161,605
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	76,693
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	42,866
	<b>Всего за обед</b>	<b>455</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>Бигочки пшеничные</b>	120	114,483
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Чай с лимоном</b>	150	0,528
	<b>Всего за ужин</b>	<b>290</b>	246,230
	<b>Всего за день</b>	<b>1415</b>	