

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 30 января 2026 года

**День недели: ПЯТНИЦА**

**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>Суп молочный с макаронными изделиями</b>	200	178,901
	<b>Чай</b>	180	39,96
	<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 с луком</b>	50	101,7
	<b>Щи из свежей капусты со сметанной</b>	200/5	158,249
	<b>Рыбная запеканка</b>	150	209,329
	<b>Кисель</b>	180	76,693
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Хлеб ржаной</b>	50	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>665</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	<b>Сок</b>	180	40,277
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком</b>	150/10	211,08
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Чай «С» витаминизация</b>	180	75
	<b>Всего за ужин</b>	<b>360</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1840</b>	

**День недели: ПЯТНИЦА**

**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>Суп молочный с макаронными изделиями</b>	150	178,901
	<b>Чай</b>	150	39,96
	<b>Батон с шоколадным маслом</b>	20/5	92,004
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>325</b>	79,451
<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 с луком</b>	40	101,7
	<b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>	150/5	39,460
	<b>Рыбная запеканка</b>	120	129,323
	<b>Кисель</b>	150	161,605
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	76,693
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	42,866
	<b>Всего за обед</b>	<b>525</b>	69,353
<b>ПОЛДНИК</b>			
	<b>Чай «С» витаминизация</b>	150	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
<b>УЖИН</b>			
	<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком</b>	120/10	280,173
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	76,693
	<b>Чай</b>	150	46,292
	<b>Всего за ужин</b>	<b>300</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1490</b>	