

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 4 февраля 2026 года

**День недели: СРЕДА**  
**Неделя: вторая**  
**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 с лимоном</b>	180	46,292
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	92,059
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>415</b>	443,890
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	<b>Свежий фрукт</b>	100	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>100</b>	30,794
	<b>ОБЕД</b>		
	<b>Салат из свежей моркови</b>	30	49,92
	<b>Борщ со сметаной</b>	200	82,261
	<b>Гуляш мясной</b>	80	119,3
	<b>Пюре Картофельное</b>	100	152,5
	<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>670</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	<b>Молоко</b>	180	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	<b>Винегрет</b>	50	76,815
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Чай</b>	180	60,46
	<b>Всего за ужин</b>	<b>370</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1775</b>	

**День недели: СРЕДА**

**Неделя: вторая**

**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 с лимоном</b>	150	46,292
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	92,004
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>340</b>	79,451
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>			
	<b>Свежий фрукт</b>	95	40,277
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	40,277
<b>ОБЕД</b>			
	<b>Салат из свежей моркови</b>	25	77,8
	<b>Борщ со сметаной</b>	150	39,460
	<b>Гуляш мясной</b>	60	129,323
	<b>Пюре Картофельное</b>	80	161,605
	<b>Компот</b>	150	76,693
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>525</b>	576,754
<b>ПОЛДНИК</b>			
	<b>Молоко</b>	150	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
<b>УЖИН</b>			
	<b>Винегрет</b>	50	280,173
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Чай</b>	150	60,46
	<b>Всего за ужин</b>	<b>300</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1450</b>	