

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 5 февраля 2026 года

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**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 манная молочная</b>	180	178,901
	<b>Чай</b>	150	92,004
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	30/5/5	92,059
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>370</b>	443,890
	<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 редьки</b>	50	1,832
	<b>Суп гороховый</b>	200	100,346
	<b>Ленивые голубцы</b>	200	114,483
	<b>Соус сметанный с томатом</b>	30	21,265
	<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>730</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	<b>Кисломолочный продукт</b>	180	85
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	<b>Макаронник с повидлом</b>	150	284,94
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Чай с шиповником</b>	180	0,528
	<b>Всего за ужин</b>	<b>360</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1860</b>	

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**Неделя: вторая**

**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 манная молочная</b>	150	178,901
	<b>Чай</b>	150	170,8
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	92,004
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</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 из редьки</b>	40	1,832
	<b>Суп гороховый</b>	150	39,460
	<b>Ленивые голубцы</b>	150	129,323
	<b>Соус сметанный с томатом</b>	20	161,605
	<b>Кисель</b>	150	76,693
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>570</b>	576,754
<b>ПОЛДНИК</b>			
	<b>Кисломолочный продукты</b>	150	85
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
<b>УЖИН</b>			
	<b>Макаронник с повидлом</b>	130	280,173
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Чай с шиповником</b>	150	46,292
	<b>Всего за ужин</b>	<b>300</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1540</b>	

