

Согласовано с родительской  
общественностью.

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

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

на 10 февраля 2026 года

**День недели: ВТОРНИК**

**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 молочная гречневая жидккая</b>	200	178,901
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	180	92,004
	<b>Батон с шоколадным маслом</b>	20/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>405</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 кукурузы(консерв)</b>	50	39,460
	<b>Суп овощной со сметаной</b>	200	120,85
	<b>Рыба тушенная под овощами</b>	150	129,323
	<b>Пюре гороховое</b>	100	123,52
	<b>Компот</b>	180	76,693
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	69,353
	<b>Всего за обед</b>	<b>650</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	<b>Сок</b>	180	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>220</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	<b>Картофель запечённый с растит маслом</b>	150/20	108,88
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Напиток из плодов шиповника. «С» витаминизация</b>	180	71,453
	<b>Всего за ужин</b>	<b>360</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1815</b>	

**День недели: ВТОРНИК**

**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 молочная гречневая жидккая</b>	150	170,8
	<b>Кофеинный напиток на молоке</b>	150	92,004
	<b>Батон с шоколадным маслом</b>	20/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>325</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 кукурузы (консерв)</b>	40	39,460
	<b>Суп овощной со сметаной</b>	150	129,323
	<b>Рыба тушенная под овощами</b>	120	161,605
	<b>Пюре гороховое</b>	80	123,52
	<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>520</b>	576,754
	<b>ПОЛДНИК</b>		
	<b>Сок</b>	150	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Всего за полдник</b>	<b>190</b>	
	<b>УЖИН</b>		
	<b>Картофель запечённый с растит маслом</b>	120/20	280,173
	<b>Хлеб пшеничный</b>	30	42,866
	<b>Напиток из плодов шиповника. «С» витаминизация</b>	150	46,292
	<b>Всего за ужин</b>	<b>290</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1505</b>	