

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ  
с.Нижнее Санчелеево  
\_\_\_\_\_Воробьев Н.В.

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

на 07 октября 2025 года

День недели: **ВТОРНИК**

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

с 3 до 7 лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                    | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|---------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|           |                                                   |                 |                                  |
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                                    |                 |                                  |
|           | Каша молочная гречневая жидкая                    | 200             | 178,901                          |
|           | Кофейный напиток на молоке                        | 180             | 92,004                           |
|           | Батон с шоколадным маслом                         | 20/5            | 79,451                           |
|           | Всего за завтрак                                  | <b>405</b>      | 205,496                          |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                |                 |                                  |
|           | Сок                                               | 180             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                              | <b>180</b>      | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                                       |                 |                                  |
|           | Салат из отварной свеклы                          | 50              | 39,460                           |
|           | Свекольник со сметаной                            | 200             | 120,85                           |
|           | Рыбно-рисовая запеканка                           | 150             | 129,323                          |
|           | Компот                                            | 180             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный                                    | 30              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной                                       | 40              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                     | <b>650</b>      | 576,754                          |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                        |                 |                                  |
|           | Кондитерские изделия                              | 40              |                                  |
|           | Рагу овощное                                      | 150             | 108,88                           |
|           | Хлеб пшеничный                                    | 30              | 42,866                           |
|           | Напиток из плодов шиповника. «С»<br>витаминизация | 180             | 71,453                           |
|           | Всего за полдник                                  | <b>400</b>      | 253,547                          |
|           | Всего за день                                     | <b>1635</b>     |                                  |

День недели: ВТОРНИК  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний  
с 1 до 3лет

| №<br>рец. | Приём пищи, наименование блюда                    | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|---------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|           |                                                   |                 |                                  |
|           | ЗАВТРАК                                           |                 |                                  |
|           | Каша молочная гречневая жидкая                    | 150             | 170,8                            |
|           | Кофейный напиток на молоке                        | 150             | 92,004                           |
|           | Батон с шоколадным маслом                         | 20/5            | 79,451                           |
|           | Всего за завтрак                                  | 325             | 205,496                          |
|           | 2-Й ЗАВТРАК                                       |                 |                                  |
|           | Сок                                               | 150             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                              | 150             | 40,277                           |
|           | ОБЕД                                              |                 |                                  |
|           | Салат из отварной свеклы                          | 40              | 39,460                           |
|           | Свекольник со сметаной                            | 150             | 129,323                          |
|           | Рыбно-рисовая запеканка                           | 120             | 161,605                          |
|           | Компот                                            | 150             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный                                    | 20              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной                                       | 40              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                     | 520             | 576,754                          |
|           | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                               |                 |                                  |
|           | Кондитерские изделия                              | 40              |                                  |
|           | Рагу овощное                                      | 120/20          | 280,173                          |
|           | Хлеб пшеничный                                    | 30              | 42,866                           |
|           | Напиток из плодов шиповника. «С»<br>витаминизация | 150             | 46,292                           |
|           | Всего за полдник                                  | 360             | 253,547                          |
|           | Всего за день                                     | 1355            |                                  |