

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ  
с.Нижнее Санчелеево  
Воробьев Н.В.

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

на 20 ноября 2025 года

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**Неделя: первая**

**Сезон: осенне-зимний**

**с 3 до 7 лет**

№ рец.	Приём пиши, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	<b>Каша ячневая молочная</b>	180	174,431
	<b>Чай с молоком</b>	180	92,004
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>390</b>	345,496
	<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 квашеной капусты с луком</b>	50	49,92
	<b>Рассольник «Ленинградский» со сметаной</b>	200/5	158,249
	<b>Тефтели мясные</b>	70	150,5
	<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>575</b>	547,754
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Капуста тушеная</b>	150	114,483
	<b>Хлеб пшеничный</b>	40	42,866
	<b>Чай с лимоном</b>	180	0,528
	<b>Всего за полдник</b>	<b>410</b>	157,747
	<b>Всего за день</b>	<b>1475</b>	

**День недели: ЧЕТВЕРГ**

**Неделя: первая**

**Сезон: осенне-зимний**

**с 1 до 3 лет**

<b>№ рец.</b>	<b>Приём пиши, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>
<b>ЗАВТРАК</b>			
	<b>Каша ячневая молочная</b>	150	178,901
	<b>Чай с молоком</b>	150	92,004
	<b>Батон с маслом с сыром</b>	20/5/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>330</b>	350,644
<b>2-Й ЗАВТРАК</b>			
	<b>Свежий фрукт</b>	95	30,794
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>95</b>	30,794
<b>ОБЕД</b>			
	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	40	49,92
	<b>Рассольник «Ленинградский» со сметаной</b>	150/5	158,249
	<b>Тефтели мясные</b>	50	107,54
	<b>Кисель «С» витаминизация</b>	150	161,605
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	76,693
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	42,866
	<b>Всего за обед</b>	<b>455</b>	593,754
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>			
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Капуста тушеная</b>	120	114,483
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Чай с лимоном</b>	150	0,528
	<b>Всего за полдник</b>	<b>330</b>	313,730
	<b>Всего за день</b>	<b>1210</b>	