

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

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

на 02 февраля 2026 года

## ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

с 3 до 7 лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	<b>Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»</b>	180	178,901
	<b>Чай</b>	180	92,004
	<b>Батон с маслом</b>	30/5	79,451
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>395</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>Свекольный салат</b>	50	1,832
	<b>Суп рыбный</b>	200	39,460
	<b>Котлета по домашнему. Соус</b>	70/20	129,323
	<b>Гречка</b>	100	161,605
	<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>700</b>	576,754
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	<b>Кисломолочный продукт</b>	180	75
	<b>Кондитерские изделия</b>	40	
	<b>Сырники из творога с повидлом</b>	150/20	280,173
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	42,866
	<b>Всего за полдник</b>	<b>410</b>	253,547
	<b>Всего за день</b>	<b>1685</b>	

**День недели: ПОНЕДЕЛЬНИК****Неделя: вторая****Сезон: осенне-зимний****с 1 до 3 лет**

<b>№ реп.</b>	<b>Приём пиши, наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Энергетическая ценность(ккал)</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>		
	<b>Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»</b>	<b>150</b>	<b>178,901</b>
	<b>Чай</b>	<b>150</b>	<b>92,004</b>
	<b>Батон с маслом</b>	<b>30/5</b>	<b>79,451</b>
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>335</b>	<b>205,496</b>
	<b>2-Й ЗАВТРАК</b>		
	<b>Сок</b>	<b>150</b>	<b>40,277</b>
	<b>Всего за 2-й завтрак</b>	<b>150</b>	<b>40,277</b>
	<b>ОБЕД</b>		
	<b>Свекольный салат</b>	<b>40</b>	<b>54,435</b>
	<b>Суп рыбный</b>	<b>150</b>	<b>79,1</b>
	<b>Котлета по домашнему/Соус</b>	<b>60/20</b>	<b>129,323</b>
	<b>Гречка</b>	<b>80</b>	<b>161,605</b>
	<b>Компот</b>	<b>150</b>	<b>76,693</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>	<b>42,866</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>	<b>69,353</b>
	<b>Всего за обед</b>	<b>490</b>	<b>576,754</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		
	<b>Кисломолочный продукт</b>	<b>150</b>	<b>75</b>
	<b>Кондитерские изделия</b>	<b>40</b>	
	<b>Сырники из творога с повидлом</b>	<b>120/20</b>	<b>316,59</b>
	<b>Всего за полдник</b>	<b>330</b>	<b>253,547</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1305</b>	