

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

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

на 16 февраля 2026 года

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**Неделя: вторая**

**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 вязкая молочная с хлопьями<br>овсяными «Геркулес» | 180             | 178,901                          |
|           | Чай                                                    | 180             | 92,004                           |
|           | Батон с маслом                                         | 30/5            | 79,451                           |
|           | Всего за завтрак                                       | <b>395</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>                                            |                 |                                  |
|           | Свекольный салат                                       | 50              | 1,832                            |
|           | Суп рыбный                                             | 200             | 39,460                           |
|           | Котлета по домашнему. Соус                             | 70/20           | 129,323                          |
|           | Греча                                                  | 100             | 161,605                          |
|           | Компот                                                 | 180             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный                                         | 30              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной                                            | 50              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                          | <b>700</b>      | 576,754                          |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                             |                 |                                  |
|           | Кисломолочный продукт                                  | 180             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                   | 40              |                                  |
|           | Сырники из творога с повидлом                          | 150/20          | 280,173                          |
|           | Хлеб пшеничный                                         | 20              | 42,866                           |
|           | Всего за полдник                                       | <b>410</b>      | 253,547                          |
|           | Всего за день                                          | <b>1685</b>     |                                  |

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

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