

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

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

на 10 марта 2026 года

День недели: ВТОРНИК

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

с 3 до 7 лет

| № реп. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность(ккал) |
|-----------|---|-----------------|----------------------------------|
| | ЗАВТРАК | | |
| | 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 | 405 | 205,496 |
| | 2-Й ЗАВТРАК | | |
| | Сок | 180 | 40,277 |
| | Всего за 2-й завтрак | 180 | 40,277 |
| | ОБЕД | | |
| | 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 | 650 | 576,754 |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | |
| | Кондитерские изделия | 40 | |
| | Рагу овощное | 150 | 108,88 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 42,866 |
| | Напиток из плодов шиповника. «С» витаминизация | 180 | 71,453 |
| | Всего за полдник | 400 | 253,547 |
| | Всего за день | 1635 | |

День недели: ВТОРНИК

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

с 1 до 3лет

| № реп. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Энергетическая 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» витаминизация | 150 | 46,292 |
| | Всего за полдник | 360 | 253,547 |
| | Всего за день | 1355 | |