Согласовано с родительской общественностью.

Утверждаю:
Методист СПДС «Радуга»
_____Артамонова Н.И.

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

на 28 октября 2026 года



C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево, CN="Артамонова Нина Ивановна, методист", E=mdouraduga.ns@yandex.ru
008f8b690b12fd2b49
2026.10.26 13:13:18+04'00'

День недели: СРЕДА
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:с 3 до 7лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша ячневая молочная	180	174,431
	Чай с лимоном	180	46,292
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,059
	Всего за завтрак	**415**	443,890
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	100	30,794
	Всего за 2-й завтрак	**100**	30,794
	ОБЕД		
	Салат из свежей моркови	30	49,92
	Борщ со сметаной	200	82,261
	Гуляш мясной	80	119,3
	Пюре Картофельное	100	152,5
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**670**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Молоко	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**220**	
	УЖИН		
	Винегрет	50	76,815
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	60,46
	Всего за ужин	**370**	253,547
	Всего за день	**1775**	

День недели: СРЕДА
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:с 1 до 3лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша ячневая молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	46,292
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	**340**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Свежий фрукт	95	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**95**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из свежей моркови	25	77,8
	Борщ со сметаной	150	39,460
	Гуляш мясной	60	129,323
	Пюре Картофельное	80	161,605
	Компот	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	**525**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Молоко	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**190**	
	УЖИН		
	Винегрет	50	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	150	60,46
	Всего за ужин	**300**	253,547
	Всего за день	**1450**	