Согласовано с родительской общественностью.

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

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

на 29 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 13:14:06+04'00'

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	180	178,901
	Чай	150	92,004
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,059
	Всего за завтрак	**370**	443,890
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из редьки	50	1,832
	Суп гороховый	200	100,346
	Ленивые голубцы	200	114,483
	Соус сметанный с томатом	30	21,265
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**730**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	180	85
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**220**	
	УЖИН		
	Макаронник с повидлом	150	284,94
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай с шиповником	180	0,528
	Всего за ужин	**360**	253,547
	Всего за день	**1860**	

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай	150	170,8
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	**330**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из редьки	40	1,832
	Суп гороховый	150	39,460
	Ленивые голубцы	150	129,323
	Соус сметанный с томатом	20	161,605
	Кисель	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	**570**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукты	150	85
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**190**	
	УЖИН		
	Макаронник с повидлом	130	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай с шиповником	150	46,292
	Всего за ужин	**300**	253,547
	Всего за день	**1540**	