Согласовано с родительской общественностью.

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

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

на 30 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 13:14:49+04'00'

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша пшенная молочная	180	178,901
	Чай	150	92,004
	Батон с шоколадным маслом	30/5	92,059
	Всего за завтрак	**365**	443,890
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	30	82,1
	Суп рисовый	180/5	65,456
	Жаркое по домашнему	150	114,483
	Компот «С» витаминизация	180	76,390
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**625**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Сок	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**220**	
	УЖИН		
	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150/20	280,173
	Сок	180	46,292
	Всего за ужин	**350**	253,547
	Всего за день	**1740**	

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша пшенная молочная	150	178,901
	Чай	150	170,8
	Батон с шоколадным маслом	30/5	92,004
	Всего за завтрак	**335**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	25	82,1
	Суп рисовый	150/5	39,460
	Жаркое по домашнему	120	129,323
	Компот «С» витаминизация	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	**510**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Сок	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**190**	
	УЖИН		
	Запеканка из творога со сгущённым молоком	120/10	280,173
	Сок	150	46,292
	Всего за ужин	**280**	253,547
	Всего за день	**1465**	