Согласовано с родительской общественностью.

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

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

на 6 ноября 2026 года



C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево, CN="Артамонова Нина Ивановна, методист", E=mdouraduga.ns@yandex.ru
008f8b690b12fd2b49
2026.10.29 14:15:06+04'00'

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	178,901
	Чай	180	39,96
	Батон с шоколадным маслом	30/5	79,451
	Всего за завтрак	**415**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Салат с луком	50	101,7
	Щи из свежей капусты со сметанной	200/5	158,249
	Рыбная запеканка	150	209,329
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**665**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Сок	180	40,277
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**220**	
	УЖИН		
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	211,08
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай «С» витаминизация	180	75
	Всего за ужин	**360**	253,547
	Всего за день	**1840**	

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	178,901
	Чай	150	39,96
	Батон с шоколадным маслом	20/5	92,004
	Всего за завтрак	**325**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Салат с луком	40	101,7
	Щи из свежей капусты со сметанной	150/5	39,460
	Рыбная запеканка	120	129,323
	Кисель	150	161,605
	Хлеб пшеничный	20	76,693
	Хлеб ржаной	40	42,866
	Всего за обед	**525**	69,353
	ПОЛДНИК		
	Чай «С» витаминизация	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**190**	
	УЖИН		
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/10	280,173
	Хлеб пшеничный	20	76,693
	Чай	150	46,292
	Всего за ужин	**300**	253,547
	Всего за день	**1490**	