Согласовано с родительской общественностью.

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

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

на 9 ноября 2026 года

C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево, CN="Артамонова Нина Ивановна, методист", E=mdouraduga.ns@yandex.ru 008f8b690b12fd2b49 2026.11.06 11:30:29+04'00'

ПОНЕДЕЛЬНИК
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория:с 3 до 7лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	180	178,901
	Чай	180	92,004
	Батон с шоколадным маслом	30/5	79,451
	Всего за завтрак	**395**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	50	54,435
	Суп вермешелевый	200	39,460
	Котлета по домашнему. Соус	70/20	129,323
	Перловка отварная	100	161,605
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**700**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	180	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**220**	
	УЖИН		
	Сырники из творога с повидлом	150/20	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	180	46,292
	Всего за ужин	**370**	253,547
	Всего за день	**1667**	

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	178,901
	Чай	150	92,004
	Батон с маслом	30/5	79,451
	Всего за завтрак	**335**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	40	54,435
	Суп вермешелевый	150	79,1
	Котлета по домашнему. Соус	60/20	129,323
	Перловка отварная	80	161,605
	Компот	150	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	**490**	576,754
	ПОЛДНИК		
	Кисломолочный продукт	150	75
	Кондитерские изделия	40	
	Всего за полдник	**190**	
	УЖИН		
	Сырники из творога с повидлом	120/20	316,59
	Чай с лимоном	150	46,292
	Всего за ужин	**290**	253,547
	Всего за день	**1455**	