

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СОШ  
с.Нижнее Санчелеево  
\_\_\_\_\_ Воробьев Н.В.

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

на 11 сентября 2026 года

День недели: ПЯТНИЦА

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

с 3 до 7 лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                          | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|---------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|           |                                                         |                 |                                  |
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                                          |                 |                                  |
|           | Каша пшенная молочная                                   | 180             | 178,901                          |
|           | Чай                                                     | 150             | 92,004                           |
|           | Батон с шоколадным маслом                               | 30/5            | 92,059                           |
|           | Всего за завтрак                                        | <b>365</b>      | 443,890                          |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                      |                 |                                  |
|           | Сок                                                     | 180             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                                    | <b>180</b>      | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                                             |                 |                                  |
|           | Салат из соленого огурца с луком                        | 30              | 82,1                             |
|           | Борщ мясной со свежей капустой и картофелем со сметаной | 180/5           | 65,456                           |
|           | Жаркое по домашнему                                     | 150             | 114,483                          |
|           | Компот<br>«С» витаминизация                             | 180             | 76,390                           |
|           | Хлеб пшеничный                                          | 30              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной                                             | 50              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                           | <b>625</b>      | 576,754                          |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                              |                 |                                  |
|           | Сок                                                     | 180             | 75                               |
|           | Кондитерские изделия                                    | 40              |                                  |
|           | Запеканка из творога со сгущённым молоком               | 150/20          | 280,173                          |
|           | Кисломолочный продукт                                   | 180             | 75                               |
|           | Всего за полдник                                        | <b>350</b>      | 253,547                          |
|           | Всего за день                                           | <b>1740</b>     |                                  |

День недели: ПЯТНИЦА

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

с 1 до 3 лет

| №<br>реп. | Приём пищи, наименование блюда                          | Масса<br>порции | Энергетическая<br>ценность(ккал) |
|-----------|---------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                                          |                 |                                  |
|           | Каша пшенная молочная                                   | 150             | 178,901                          |
|           | Чай                                                     | 150             | 170,8                            |
|           | Батон с шоколадным маслом                               | 30/5            | 92,004                           |
|           | Всего за завтрак                                        | <b>335</b>      | 79,451                           |
|           | <b>2-Й ЗАВТРАК</b>                                      |                 | 205,496                          |
|           | Сок                                                     | 150             | 40,277                           |
|           | Всего за 2-й завтрак                                    | <b>150</b>      | 40,277                           |
|           | <b>ОБЕД</b>                                             |                 |                                  |
|           | Салат из соленого огурца с луком                        | 25              | 82,1                             |
|           | Борщ мясной со свежей капустой и картофелем со сметаной | 150/5           | 39,460                           |
|           | Жаркое по домашнему                                     | 120             | 129,323                          |
|           | Компот<br>«С» витаминизация                             | 150             | 76,693                           |
|           | Хлеб пшеничный                                          | 20              | 42,866                           |
|           | Хлеб ржаной                                             | 40              | 69,353                           |
|           | Всего за обед                                           | <b>510</b>      | 576,754                          |
|           | <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                              |                 |                                  |
|           | Кондитерские изделия                                    | 40              |                                  |
|           | Запеканка из творога со сгущённым молоком               | 120/10          | 280,173                          |
|           | Кисломолочный продукт                                   | 150             | 75                               |
|           | Всего за полдник                                        | <b>320</b>      | 253,547                          |
|           | Всего за день                                           | <b>1315</b>     |                                  |