Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ
с.Нижнее Санчелеево
_____Воробьев Н.В.

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

на 03 ноября 2026 года



День недели: ВТОРНИК
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
с 3 до 7лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	180	178,901
	Кофейный напиток	180	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	**355**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	50	1,832
	Щи из квашеной капусты со сметаной	200/5	47,3
	Рыба тушеная с овощами	70/20	56,343
	Пюре гороховое	100	123,52
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**705**	576,754
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Салат «Зимний»	50	42,654
	Макароны отварные с маслом	180	161,605
	Хлеб пшеничный	30	
	Чай	150	60,46
	Всего за полдник	**450**	253,547
	Всего за день	**1690**	

День недели: ВТОРНИК
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
с 1 до 3лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша вязкая молочная «Дружба»	150	170,8
	Кофейный напиток	150	92,004
	Батон с шоколадным маслом	20/5	79,451
	Всего за завтрак	**325**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Салат из отварной свеклы	40	39,460
	Щи из квашеной капусты со сметаной	150/5	129,323
	Рыба тушеная с овощами	60/20	161,605
	Пюре гороховое	80	76,693
	Кисель	150	42,866
	Хлеб пшеничный	20	69,353
	Хлеб ржаной	40	576,754
	Всего за обед	**565**	
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		75
	Кондитерские изделия	40	
	Салат «Зимний»	50	46,292
	Макароны отварный с маслом	120	161,605
	Хлеб пшеничный	20	253,547
	Чай	150	60,46
	Всего за полдник	**380**	290,335
	Всего за день	**1420**	