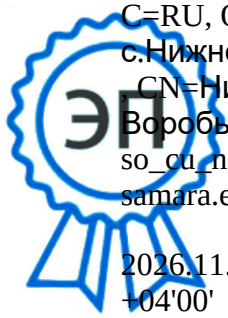
Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ
с.Нижнее Санчелеево
_____Воробьев Н.В.

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

на 11 ноября 2026 года



C=RU, O=ГБОУ СОШ с.Нижнее Санчелеево CN=Николай Воробьев, E=so_cu_nsanch_stv@samara.edu.ru

2026.11.05 11:23:37 +04'00'

День недели: СРЕДА
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
с 3 до 7лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	200	178,901
	Чай с лимоном	180	0,528
	Батон с маслом с сыром	35/5/5	79,451
	Всего за завтрак	**425**	205,496
	2-Й ЗАВТРАК		
	Свежий фрукт	95	30,794
	Всего за 2-й завтрак	**95**	30,794
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	30	82,1
	Суп с курицей и клецками	200	48,936
	Плов из мяса	150	209,329
	Компот	180	76,693
	Хлеб пшеничный	45	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**655**	576,754
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Макароны запеченные с яйцом с повидлом	150/10	215
	Чай	180	0,528
	Всего за полдник	**380**	253,547
	Всего за день	**1555**	

День недели: СРЕДА
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
с 1 до 3лет

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай с лимоном	150	170,8
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,004
	Всего за завтрак	**340**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Свежий фрукт	95	30,794
	Всего за 2-й завтрак	**95**	30,794
	ОБЕД		
	Салат из соленого огурца с луком	25	35,88
	Суп с курицей и клецками	150	39,460
	Плов из мяса	120	129,323
	Компот	150	161,605
	Хлеб пшеничный	30	76,693
	Хлеб ржаной	40	42,866
	Всего за обед	**515**	576,754
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Макароны запеченные с яйцом с повидлом	120/10	215
	Чай	150	280,173
	Всего за полдник	**320**	46,292
	Всего за день	**1270**	