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

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

на 19 ноября 2026 года



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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	180	178,901
	Чай с молоком	150	92,004
	Батон с маслом с сыром	30/5/5	92,059
	Всего за завтрак	**370**	443,890
	2-Й ЗАВТРАК		
	Сок	180	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**180**	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	50	1,832
	Суп гороховый	200	100,346
	Ленивые голубцы	200	114,483
	Соус сметанный с томатом	30	21,265
	Кисель	180	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	50	69,353
	Всего за обед	**730**	576,754
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Овощи тушеные	150	284,94
	Хлеб пшеничный	30	42,866
	Чай	180	0,528
	Всего за полдник	**400**	253,547
	Всего за день	**1680**	

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

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность(ккал)
	ЗАВТРАК		
	Каша манная молочная	150	178,901
	Чай с молоком	150	170,8
	Батон с маслом с сыром	20/5/5	92,004
	Всего за завтрак	**330**	79,451
	2-Й ЗАВТРАК		205,496
	Сок	150	40,277
	Всего за 2-й завтрак	**150**	40,277
	ОБЕД		
	Свекольный салат	40	1,832
	Суп гороховый	150	39,460
	Ленивые голубцы	150	129,323
	Соус сметанный с томатом	20	161,605
	Кисель	150	76,693
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Хлеб ржаной	40	69,353
	Всего за обед	**570**	576,754
	УПЛОТНЕНЫЙ ПОЛДНИК		
	Кондитерские изделия	40	
	Овощи тушеные	130	280,173
	Хлеб пшеничный	20	42,866
	Чай	150	46,292
	Всего за полдник	**340**	253,547
	Всего за день	**1390**	