

**«ПРИНЯТА»**

Решением педагогического совета  
СПДС № 18 "Радуга"  
Протокол № 1 от "1" сентября 2022г.  
Председатель педсовета  
Т.В.Белоусова

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГБОУ СОШ № 14  
Г.М.Пушкарёва  
Приказ № 151

от " 2" сентября 2022г.



C=RU, OU=Директор,  
O=ГБОУ СОШ №14, CN="  
Пушкарёва Г,М.",  
E=school14\_zhg@samara.e  
du.ru  
место подписания  
2022.09.22 15:44:15+04'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ  
СТРУКТУРНОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ  
ДЕТСКИЙ САД №18 «Радуга»**

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
Самарской области средней общеобразовательной школы № 14 имени  
полного кавалера ордена Славы Николая Георгиевича Касьянова города  
Жигулевска городского округа Жигулевск Самарской области

## Понедельник I

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Манная каша со сгущен. молоком	150	200	185	195
Кофейный напиток сладкий	150	180	396	313
Бутерброд с маслом	20/5	30/5	1	95
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Щи из свеж.капусты,картоф. со сметаной	150	200	66	126
Гуляш из отварного мяса	60	70	277	253
Гречка отварная	110	130	163	182
Хлеб ржаной/пшеничный	40/20	50/25		
Компот из с/фруктов	150	180	376	301
<b>Полдник</b>				
Молоко кипяченое	150	180	400	316
Кондитерское изделие промышленного производства	12	20		
<b>Ужин</b>				
Рыба запеченная в омлете	60	80	249	236
Салат в ассортименте	50	60		
Чай сладкий	150	180	392	312
Хлеб пшеничный	20	20		

## Вторник I

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша Дружба молочная	150	200	185	195
Какао с молоком	150	180	307	314
Батон с маслом, сыром	20/5/7	30/5/10	3	96
Фрукт	95	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп с картофелем и макарон.издел.со сметаной на курином бульоне	150	200	80	132
Котлеты куриные	60	70	305	271
Картофельное пюре	130	150	343	289
Салат в ассортименте	40	60		
Напиток из шиповника	150	180	376	301
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
<b>Полдник</b>				
Кисель	150	180		
Кондитерское изделие	12	20		
<b>Ужин</b>				
Сырники из творога с повидлом(со сгущенным молоком)	70	120	231	225
Салат из моркови	40	60	41	111
Чай сладкий с лимоном	150	180	393	312
Хлеб пшеничный	15	20		

## Среда I

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Ячневая каша с молоком	150	200	185	195
Кофейный напиток с молоком	150	180	395	313
Батон с маслом, сыром	20/5/7	6/15/30	3	96
Фрукт	95	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с клецками со сметаной	150	200	85	135
Тефтели с рисом из мяса в томатном соусе	60	70	287	259
Капуста тушеная	130	150	336	286
Компот из сухофруктов	150	180	376	304
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
<b>Полдник</b>				
Кондитерское изделие	12	20		
Молоко	150	180	400	315
<b>Ужин</b>				
Омлет натуральный	90	110	216	219
Салат в ассортименте	40	60		
Чай сладкий с лимоном	150	180	392	312
Хлеб пшеничный	20	20		

## Четверг I

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша овсяная молочная	150	200	185	195
Какао с молоком	150	180	307	314
Батон с маслом, с сыром	20/5/7	30/5/10	1	95
Фрукт	95	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп свекольный со сметаной на м/б	150	200	58	122
Суфле из отварного мяса	60	70	279	254
Макаронь отварные	110	130	205	214
Соус молочный	20	30	352	294
Салат в ассортименте	40	60		
Хлеб ржаной/пшеничный	40/20	50/25		
Напиток из шиповника	150	180	376	304
<b>Полдник</b>				
Ряженка	130	150	401	316
Булочка домашняя	60	70		
<b>Ужин</b>				
Пудинг из творога с рисом с молоч.соусом.	65	130	240	230
Салат из моркови	40	60	41	111
Чай с лимоном	150	180	392	312
Хлеб пшеничный	20	25		

## Пятница I

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша пшеничная молочная	150	200	185	195
Кофейный напиток с молоком	150	180	395	313
Батон, масло	20/5	30/5	1	95
1/2вареное яйцо	20	20	213	218
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп с крупой (бобовыми)	150	200	81	133
Котлеты из мяса	60	70	255	239
Рагу овощное	130	150	343	289
Компот из сухофруктов	150	180	376	301
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	15	20		
<b>Полдник</b>				
Кисель	150	180		
Шоколад.конфета	12	20		
<b>Ужин</b>				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	93	138
Хлеб пшеничный	15	20		
Чай с сахаром	150/20	180/20		
Салат из моркови и яблок	40	60	40	111

## Понедельник II

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша манная со сгущ.молоке	150	200	185	195
Кофейный напиток сладкий	150	180	396	313
Батон, масло	20/5	30/5	1	95
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Щи из свежей капусты со сметаной	150	200	66	126
Плов из отварного мяса	150	200		
Компот из сухофруктов	150	180	376	304
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
Икра кабачковая	40	60		
<b>Полдник</b>				
Молоко	150	180	400	315
Кондитерские изделия	12	20		
<b>Ужин</b>				
Суфле из рыбы	60	80	268	247
Салат в ассортименте	50	60		
Чай сладкий	150	180	392	390
Хлеб пшеничный	20	20		

## Вторник II

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша гречневая с молоком	150	200	168	184
Какао с молоком	150	180	397	314
Батон с маслом, сыром	20/5/4	30/5/6	3	96
Фрукт	100	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп с макаронными изделиями на к/б со сметаной	150	200	82	133
Котлеты куриные	60	70	306	272
Пюре картофельное	130	150	321	280
Салат в ассортименте	40	60		
Напиток из шиповника	150	180	376	301
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
<b>Полдник</b>				
Кисель фруктовый	150	180		
Пирожок с картофелем ,капустой,яблоками	110	120	454/503	342/379
<b>Ужин</b>				
Запеканка творожноморковная	50	110	237	229
Повидло	15	20		
Чай с лимоном и сахаром	150	180	393	312
Хлеб пшеничный	20	20		



## Среда II

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Ячневая каша на молоке	150	200	168	184
Кофейный напиток с молоком	150	180	395	313
Батон, масло, сыр	20/5/4	30/5/6	3	96
Фрукт	100	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с клецками со сметаной	150	200	85	135
Тефтели из мяса с рисом	60	70	287	259
Свекла тушеная в соусе	130	150	339	287
Компот из сухофруктов	150	180	376	301
Хлеб пшеничный/ржаной	40/20	50/30		
<b>Полдник</b>				
Молоко	150	180	400	315
Кондитерское изделие	15	20		
<b>Ужин</b>				
Омлет натуральный	80	100	215	219
Овощная икра или салат в ассортименте	40	60		
Чай с лимоном и сахаром	150	180	392	312
Хлеб пшеничный	20	20		

## Четверг II

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Рисовая каша с молоком	150	200	168	184
Какао с молоком	150	180	397	314
Батон, масло, сыр	20/5/4	30/5/6	1,3	95
Фрукт	100	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Борщ со свежей капустой со сметаной	150	180	58	122
Шницели из мяса	60	70	282	256
Макароны отварные	110	130	317	279
Соус томатный	20	30	348	292
Компот из сухофруктов	150	180	376	301
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
<i>Салат в ассортименте</i>	<b>40</b>	50	11	99
<b>Полдник</b>				
Кефир	130	150		
Булочка ванильная	60	60	467	351
<b>Ужин</b>				
Пудинг из творога со сладким соусом	65	130	238	229
Хлеб пшеничный	20	30		
Чай с лимоном и сахаром	150	180	393	312
Салат из моркови	40	60	41	111

## Пятница II

Наименование блюд	Вес порций 1 — 3	Вес порций 3-7	№ техн.	Стр.
<b>Завтрак</b>				
Каша пшенная	150	200	168	184
Кофейный напиток с молоком	150	180	396	313
Батон, масло	20/5	30/5	1	95
½ яйцо вареное	20	20	213	218
<b>Фрукт</b>	<b>100</b>	100	368	300
<b>II завтрак</b>				
Сок фруктовый	100	100	399	315
<b>Обед</b>				
Рассольник Ленинградский	150	200	76	130
Жаркое по домашнему	150	200	276	253
Салат в ассортименте	40	60		
Компот из сухофруктов	150	180	376	301
Хлеб ржаной	40	50		
Хлеб пшеничный	20	30		
<b>Полдник</b>				
Кисель	150	180		
Конфета	15	20		
<b>Ужин</b>				
Пудинг рыбный запеченный	90	110	269	248
Хлеб пшеничный	20	20		
Чай с сахаром	150	180	392	312
Салат в ассортименте	40	60		