

Утверждено:  
И.О. Директора МКОУ Балтинская СОШ  
М.В.Зверева

МКОУ Балтинская СОШ сп детский сад  
**Меню для детей от 3 до 7 лет**  
на 27 октября 2026 г.

| Пищевые вещества, г |       |          | Энергетическая | Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции, г | Стоимость блюда |
|---------------------|-------|----------|----------------|------------------------------------------|-----------------|-----------------|
| Белки               | Жиры  | Углеводы | ценность, калл |                                          |                 |                 |
|                     |       |          |                | Завтрак                                  |                 |                 |
| 8,3                 | 9,49  | 35,16    | 255            | Каша жидкая молочная гречневая           | 200             | 21,26           |
| 2,3                 | 4,36  | 14,62    | 108            | Бутерброд с маслом                       | 35              | 11,23           |
| 3,1                 | 2,3   | 9,9      | 72,9           | Чай с молоком                            | 200             | 7,87            |
| 13,7                | 16,15 | 59,68    | 435,9          | Итого за завтрак                         | 435             | 40,36           |
|                     |       |          |                | Второй завтрак                           |                 |                 |
| 0,33                | 0,33  | 8,66     | 41,77          | Фрукты свежие ( )                        | 0               | 0,00            |
| 0,33                | 0,33  | 8,66     | 41,77          | Итого за второй завтрак                  | 100             | 0,00            |
|                     |       |          |                | Обед                                     |                 |                 |
| 5,55                | 7,47  | 26,08    | 192            | Икра морковная                           | 60              | 7,53            |
| 4,4                 | 2,7   | 12,8     | 93,3           | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200             | 17,05           |
| 3,05                | 5,24  | 18,06    | 142            | Картофельное пюре                        | 130             | 21,25           |
| 6,4                 | 24    | 0        | 227,2          | Бифштекс                                 | 80              | 25,80           |
| 0,69                | 1,95  | 3,09     | 31             | Соус основной                            | 40              | 1,00            |
| 0                   | 0     | 18       | 60             | Кисель                                   | 200             | 6,70            |
| 1,57                | 0,2   | 9,65     | 47,5           | Хлеб пшеничный                           | 30              | 3,90            |
| 1,32                | 0,24  | 6,6      | 35             | Хлеб ржаной                              | 20              | 2,64            |
| 22,98               | 41,8  | 94,28    | 828            | Итого за обед                            | 760             | 85,87           |
|                     |       |          |                | Полдник                                  |                 |                 |
| 6,24                | 8,1   | 34,31    | 234            | Блины с маслом                           | 100             | 20,56           |
| 0,24                | 0,1   | 18,33    | 100            | Напиток из шиповника                     | 200             | 3,20            |
|                     |       |          |                | Биотворог                                | 126             | 50,00           |
| 6,48                | 8,2   | 52,64    | 334            | Итого за полдник                         | 426             | 73,8            |
| 37,01               | 66,48 | 215,26   | 1639,67        | Итого за день                            | 1721            | 199,99          |

Ответственный за питание

И.В.Жаринова

Повар

Г.М.Фигуренко