

Утверждено:
Директор МКОУ Балтинская СОШ
М.В.Зверева

МКОУ Балтинская СОШ сп детский сад
Меню для детей от 3 до 7 лет
на 8 октября 2026 г.



Пищевые вещества, г			Энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ценность, калл			
				Завтрак		
6,21	7,73	27,71	201	Каша жидкая молочная Дружба	200	22,69
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	7,72
11,61	14,39	52,23	381,9	Итого за завтрак	435	41,64
				Второй завтрак		
0,33	0,33	8,66	41,77	Фрукты свежие (бананы)	170	37,00
0,33	0,33	8,66	41,77	Итого за второй завтрак	170	37,00
				Обед		
1,13	4,56	4,09	64	Салат из отварной свеклы	60	4,25
6,5	5,2	22,09	150	Суп гороховый	200	17,18
3,05	5,24	18,06	142	Картофельное пюре	130	21,41
7,66	3,97	34,65	81	Рыба тушеная с овощами	100	41,46
0,48	0	23,8	90	Компот с изюмом	200	5,96
1,57	0,2	9,65	47,5	Хлеб пшеничный	30	3,90
1,32	0,24	6,6	35	Хлеб ржаной	20	2,66
21,71	19,41	118,94	609,5	Итого за обед	740	96,82
				Полдник		
5,47	10,01	54,34	329	Коржик молочный	80	8,97
1,2	1,3	13	90	Какао с молоком	200	15,04
6,67	11,31	67,34	419	Итого за полдник	280	24,01
40,32	45,44	247,17	1452,17	Итого за день	1625	199,47

Ответственный за питание

И.В.Жаринова

Повар

Г.М.Фигуренко