

Утверждено:
Директор МКОУ Балтинская СОШ
М.В.Зверева

МКОУ Балтинская СОШ сп детский сад
Меню для детей от 3 до 7 лет
на 19 июня 2026 г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, калл	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
Белки	Жиры	Углеводы				
				Завтрак		
7,76	9,34	31,36	240	Каша жидкая молочная манная	200	21,35
2,32	0,24	20,08	92	Бутерброд с повидлом	45	6,48
0	0	11,98	43	Чай с сахаром	200	1,57
10,08	9,58	63,42	375	Итого за завтрак	445	29,40
				Второй завтрак		
0,33	0,33	8,66	41,77	Фрукты свежие (бананы)	100	16,90
0,33	0,33	8,66	41,77	Итого за второй завтрак	100	16,90
				Обед		
0,7	3,05	8,38	63	Салат из отварной моркови с яблоком	60	6,80
4,22	6,5	13,77	145	Свекольник со сметаной	200	18,38
4,5	6,4	21,9	263	Каша гречневая рассыпчатая	130	11,30
8,98	9,49	7,31	150,5	Тефтели	70	24,08
0,45	5,06	1,62	45	Соус сметанный	30	5,00
0,48	0	23,8	90	Компот с черносливом	200	4,59
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
22,22	30,94	93,03	839	Итого за обед	740	76,69
				Полдник		
5,77	11	38,31	203,08	Булочка домашняя	80	13,57
0,24	0,1	18,33	100	Напиток из шиповника	200	3,20
				Биотворог Тема	127	60,40
6,01	11,1	56,64	303,08	Итого за полдник	407	77,17
32,63	51,95	221,75	1558,85	Итого за день	1692	200,16

Ответственный за питание И.В.Жаринова

Повар Г.М.Фигуренко