

Утверждено:
 Директор МКОУ Балтинская СОШ
 М.В.Зверева

МКОУ Балтинская СОШ сп детский сад
Меню для детей от 3 до 7 лет
 на 9 сентября 2026 г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ценность, ккал			
				Завтрак		
5,85	5,81	19,99	155	Суп молочный с макаронными изделиями	200	21,21
5,06	7	14,62	145	Бутерброд с сыром	40	17,00
0,04	0	13,48	52	Чай с лимоном	200	2,63
10,95	12,81	48,09	352	Итого за Завтрак	440	40,84
				Второй завтрак		
0,33	0,33	8,66	41,77	Фрукты свежие (апельсины)	70	13,20
0,33	0,33	8,66	41,77	Итого за Второй завтрак	70	13,20
				Обед		
0,48	0,06	1,5	8,4	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	6,00
3,52	5,98	9,78	117	Борщ с картофелем и капустой	200	23,40
18,26	19,64	23,63	341,18	Плов	200	32,91
0,48	0	23,8	90	Компот из кураги	200	4,95
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
25,63	26,12	74,96	639,08	Итого за Обед	710	73,80
				Полдник		
5,3	4,75	29,5	183,3	Гребешок из дрожжевого теста	80	18,08
1	0,2	20,1	92	Сок	200	18,08
				Йогурт	115	36,00
6,3	4,95	49,6	275,3	Итого за Полдник	395	72,16
36,91	44,21	181,31	1308,15	Итого за день	1615	200,00

Ответственный за питание

И.В.Жаринова

Повар

Г.М.Фигуренко