



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 ноября 2023г

Возрастная категория: 1-3 года, 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции (ясги/сад) | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|-------------------------|---------------------|
| Завтрак | Каша пшениная молочная | 150/200 | 158/203 |
| | Бутерброд с маслом | 30/40 | 91/115 |
| | Кофейный напиток | 150/180 | 59/71 |
| | Итого за завтрак: | 330/420 | 308/389 |
| Второй завтрак | Фрукты и ягоды свежие | 100/100 | 44/44 |
| | Щи из свежей капусты | 150/200 | 46/68 |
| | Биточки рыбные, соус том. | 50/20/70/30 | 70/100 |
| | Итого за второй завтрак: | 100/100 | 44/44 |
| Обед | Картофельное пюре | 110/130 | 101/120 |
| | Хлеб пшеничный | 30/40 | 80/106 |
| | Хлеб ржаной | 40/50 | 59/74 |
| | Кисель | 150/180 | 67/80 |
| | Итого за обед: | 550/700 | 423/547 |
| | Оладьи | 65/130 | 183/335 |
| Полдник | Чай с лимоном | 150/180 | 29/41 |
| | Вареное яйцо | 40/40 | 63/63 |
| | Итого за полдник: | 255/350 | 275/434 |
| | Итого за день: | 1235/1570 | 1050/1413 |



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 16 ноября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------|---------------------------------|--------------|---------------------|
| Завтрак | Каша пшениная молочная | 200 | 203 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 115 |
| | Кофейный напиток | 180 | 71 |
| | Итого за завтрак: | 420 | 389 |
| Второй завтрак | Фрукты и ягоды свежие | 100 | 44 |
| | Щи из свежей капусты | 200 | 68 |
| | Биточки рыбные, соус том. | 70/30 | 100 |
| | Итого за второй завтрак: | 100 | 44 |
| Обед | Картофельное пюре | 130 | 120 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 106 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 74 |
| | Кисель | 180 | 80 |
| | Итого за обед: | 700 | 547 |
| | Оладьи | 130 | 335 |
| Полдник | Чай с лимоном | 180 | 41 |
| | Вареное яйцо | 40 | 63 |
| | Итого за полдник: | 200 | 126 |
| | Итого за день: | 1770 | 1624 |