

Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ г. Керчи РК

«Дельфин» №15 «Дельфин»

А.С. Филиппук

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

на 20 ноября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции	
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	160	270	
	Бутерброд с маслом	40	114,6	
	Чай с молоком	180	40	
Итого за завтрак:		380	425,6	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69	
	Итого за второй завтрак:	150	69	
	Свекольник со сметаной	180	69,8	
Обед	Плов из отварной говядины	200	352	
	Огурцы консерв.	50	12	
	Хлеб пшеничный	40	106	
	Хлеб ржаной	50	74,2	
	Компот из фруктов	200	111,8	
	Итого за обед:		720	725,8
	Булочка домашняя	70	271,8	
Яйца вареные	20	31,5		
Полдник углеотенный	Йогурт	180	90	
	Каша молочная гречневая	200	222,4	
	Итого за полдник углеотенный:		470	615,7
Итого за день:		1720	1835	

Утверждаю

И.о. заведующего МБДОУ г. Керчи РК

«Дельфин» №15 «Дельфин»

А.С. Филиппук

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

на 20 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 (ясли/сад)	Калорийность порции	
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	120/160	198/270	
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6	
	Чай с молоком	150/180	28/40	
Итого за завтрак:		300/380	317,3/425,6	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69	
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69	
	Свекольник со сметаной	150/180	58,2/69,8	
Обед	Плов из отварной говядины	150/200	264/352	
	Огурцы консервир.	30/50	7,2/12	
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106	
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2	
	Компот из фруктов	150/200	54,9/111,8	
	Итого за обед:		540/720	518,9/725,8
	Булочка домашняя	50/70	19,4/271,8	
Полдник	Йогурт	150/180	75/90	
	Яйца вареные	20/20	31,5/31,5	
	Итого за полдник		220/270	300,7/393,3
Итого за день:		1210/1520	1205,9/1612,7	