



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 21 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 (ясн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая	120/200	158/211
	Молочная		
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
Второй завтрак	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	300/380	308/397
	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
Обед	Суп с мясными фрикадельками	150/15-180/18	88/106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/80	70/95
	Картофельное пюре	110/130	101/120
Полдник	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
Итого за день:	Итого за обед:	555/698	454/613
	Вареники ленивые	65/110	144/218
	Молоко кипяченое	150/180	85/102
Итого за полдник:	215/290	229/320	
Итого за день:	1200/1508	1036/1374	



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 21 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 геркулесовая молочная	200	211
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
Второй завтрак	Итого за завтрак:	380	397
	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
Обед	Суп с мясными фрикадельками	180/18	106
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	95
	Картофельное пюре	130	120
Полдник	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
Итого за день:	Итого за обед:	698	613
	Вареники ленивые	110	218
	Молоко кипяченое	180	102
Итого за полдник:	305	374	
Итого за день:	1473	1428	