



Ежедневное меню основного (органizationalного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 30 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 (если/сад)	Калорийность
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200	175/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>330/420</b>	<b>326/388</b>
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100/100</b>	<b>44/44</b>
	Суп с бобовыми	150/180	65/78
	Запеканка из пшена	155/185	271/311
Обед	Хлеб пшеничный	15/20	40/53
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из фруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>510/635</b>	<b>442/588</b>
	Оладьи	65/130	183/335
	Чай с лимоном	150/180	29/41
	Вареное яйцо	40/40	63/63
<b>Итого за полдник</b>	<b>255/350</b>	<b>275/434</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1195/1505</b>	<b>1087/1454</b>	



Ежедневное меню основного (органizationalного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 30 ноября 2023г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Завтрак	Каша пшеничная молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>420</b>	<b>389</b>	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44</b>
	Суп с бобовыми	180	78
Обед	Запеканка из пшена с рисом	185	311
	Хлеб пшеничный	20	53
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из фруктов	200	111
	<b>Итого за обед:</b>	<b>635</b>	<b>588</b>
	Оладьи	130	335
	Чай с лимоном	180	41
Вареное яйцо	40	63	
Каша геркулесовая молочная	200	126	
<b>Итого за полдник углеотенный:</b>	<b>550</b>	<b>645</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1705</b>	<b>1666</b>	