



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 20 декабря 2023г**

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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции (г/мл/сал) | Калорийность порции |
|--------------------------|--|-------------------------|---------------------|
| Завтрак | Каша гречневая молочная | 130/200 | 144/222 |
| | Бутерброд с маслом | 30/40 | 91/115 |
| | Какао с молоком | 150/180 | 89/107 |
| Итого за завтрак: | | 310/420 | 324/444 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150/150 | 69/69 |
| | Итого за второй завтрак: | 150/150 | 69/69 |
| Обед | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150/200 | 63/84 |
| | Биточки припущенные | 50/70 | 94/132 |
| | Рагу из овощей | 110/130 | 99/117 |
| | Салат из свеклы отварной | 30/50 | 27/44 |
| | Хлеб пшеничный | 15/20 | 40/53 |
| | Хлеб ржаной | 40/50 | 59/74 |
| | Компот из фруктов | 150/180 | 74/88 |
| | Итого за обед: | 545/690 | 456/593 |
| | Омлет с сыром | 65/85 | 241/303 |
| | Хлеб пшеничный | 15/20 | 40/53 |
| Полдник | Чай с лимоном | 150/180 | 29/41 |
| | Конд.изделие | -/50 | -/175 |
| | Итого за полдник: | 230/345 | 202/572 |
| Итого за день: | | 1235/1625 | 1025/1678 |



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 20 декабря 2023г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность порции |
|--------------------------------------|--|--------------|---------------------|
| Завтрак | Каша гречневая молочная | 200 | 222 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 115 |
| | Какао с молоком | 180 | 107 |
| Итого за завтрак: | | 420 | 444 |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 69 |
| | Итого за второй завтрак: | 150 | 69 |
| Обед | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 84 |
| | Биточки припущенные | 70 | 132 |
| | Рагу из овощей | 130 | 117 |
| | Салат из свеклы отварной | 50 | 44 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 53 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 74 |
| | Компот из фруктов | 180 | 88 |
| | Итого за обед: | 690 | 593 |
| | Омлет с сыром | 85 | 303 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 53 |
| Полдник уплотненный | Чай с лимоном | 180 | 41 |
| | Кондит.изделие | 50 | 175 |
| | Биточки из говядины | 70 | 200 |
| Итого за полдник уплотненный: | | 405 | 772 |
| Итого за день: | | 1695 | 1878 |