

Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 29 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	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Чай	180	107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>420</b>	<b>571</b>
Второй завтрак	Банан	130	85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>130</b>	<b>85</b>
	Суп крестьянский	180	103
	Рыба тушеная с овощами	70	213
Обед	Каша рассыпчатая	130	200
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>630</b>	<b>702</b>
	Пряник	50	175
Полдник уплотненный	Сок	180	83
	Вареное яйцо	40	44
	<b>Итого за полдник уплотненный:</b>	<b>270</b>	<b>302</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1450</b>	<b>1660</b>	



Ежедневное меню основного (организованного) питания  
**МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»**  
 на 29 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 (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша гречневая молочная	130/200	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Чай	150/180	89/107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>310/420</b>	<b>424/571</b>
Второй завтрак	Банан	130/130	85/85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>130/130</b>	<b>85/85</b>
	Суп крестьянский	150/180	82/103
	Рыба тушеная с овощами	50//70	156/213
Обед	Каша рассыпчатая	110/130	180/200
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>500/630</b>	<b>532/702</b>
	Пряник	50/50	175/175
Полдник	Сок	150/180	69/83
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200/230</b>	<b>244/258</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1140/1410</b>	<b>1285/1616</b>

