

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 09 января 2024г

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

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (всгн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
	Чай с сахаром	150/180	28/40
Итого за завтрак:		300/380	317,3/425,6
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69
	Свекольник со сметаной	150/180	58/70
	Рыбная котлета	50/70	57/79
	Рис отварной с овощами	110/130	135/159
	Огурцы консервир.	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
Итого за обед:		530/720	451/612
Полдник	Булочка домашняя	50/70	194,2/271,8
	Йогурт	150/180	75/90
	Итого за полдник	200/250	269/362
Итого за день:		1180/1500	1205,9/1469



Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 09 января 2024г

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 сахаром	180	40
Итого за завтрак:		380	425,6
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	Свекольник со сметаной	180	69,8
	Рыбная котлета	70	79
	Рис отварной с овощами	130	159
	Огурцы консерв.	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
Итого за обед:		720	612
Полдник	Булочка домашняя	70	271,8
	Йогурт	180	90
	Каша молочная гречневая	200	222,4
Итого за полдник		450	584
Итого за день:		1700	1691

