Утверждаю
И.о. заведующего МБДОУ г.Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
_____А.С.Филипчук

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

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	160	270
	Бутерброд с маслом	40	114,6
	Чай с молоком	180	40
	Итого за завтрак:	**380**	**425,6**
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	Итого за второй завтрак:	**150**	**69**
Обед	Свекольник со сметаной	180	69,8
	Плов из отварной говядины	200	352
	Огурцы консерв.	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
	Компот из сухофруктов	200	111,8
	Итого за обед:	**720**	**725,8**
Полдник уплотненный	Булочка домашняя	70	271,8
	Яйца вареные	20	31,5
	Йогурт	180	90
	Каша молочная гречневая	200	222,4
	Итого за полдник уплотненный:	**470**	**615,7**
	Итого за день:	**1720**	**1835**

Утверждаю
И.о заведующего МБДОУ г.Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
_____А.С.Филипчук

Ежедневное меню основного (организованного)питания
МБДОУ г.Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 15 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 (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Макароны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
	Чай с молоком	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	**300/380**	**317,3/425,6**
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69
	Итого за второй завтрак:	**150/150**	**69/69**
Обед	Свекольник со сметаной	150/180	58,2/69,8
	Плов из отварной говядины	150/200	264/352
	Огурцы консервир.	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
	Компот из сухофруктов	150/200	54,9/111,8
	Итого за обед:	**540/720**	**518,9/725,8**
Полдник	Булочка домашняя	50/70	194,2/271,8
	Йогурт	150/180	75/90
	Яйца вареные	20/20	31,5/31,5
	Итого за полдник	**220/270**	**300,7/393,3**
	Итого за день:	**1210/1520**	**1205,9/1612,7**