



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 января 2024г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	211
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
	Итого за завтрак:	380	397
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	Итого за второй завтрак:	100	44
	Суп с мясными фрикадельками	180/18	106
Обед	Биточки рыбные, соус том.	70/30	99
	Картофельное пюре	130	120
	Салат из свежлы с огур. сол	60	52
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	Итого за обед:	778	669
Полдник	Пудинг из творога	130	224
	Молоко кипяченое	180	102
	Сыр (порциями)	15	54
	Итого за полдник	325	380
	Итого за день:	1623	1489



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 30 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	Каша геркулесовая молочная	120/200	158/211
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
	Итого за завтрак:	300/380	308/397
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
	Суп с мясными фрикадельками	150/15-180/18	88/106
Обед	Биточки рыбные, соус том.	50/20-70/30	70/99
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Салат из свежлы с ог. солен.	40/60	35/52
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	Итого за обед:	625/778	488/669
Полдник	Пудинг из творога	65/130	112/224
	Молоко кипяченое	150/180	85/102
	Итого за полдник	215/2310	197/326
	Итого за день:	1270/1608	1038/1435