



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 19 марта 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	91/115
	Чай с молоком	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	300/380	317/425
Второй завтрак	Сок	150/150	69/69
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69
	Борщ с фасолью	150/200	71/95
	Котлеты из говядины	50/70	143/200
	Каша рассыпчатая	120/150	195/244
	Овощи натур. соленые	20/30	3/4
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
Обед	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/80
	Итого за обед:	560/740	606/835
	Булочка домашняя	50/70	194/272
	Йогурт	150/180	75/90
Полдник	Яйца вареные	20/20	32/32
	Итого за полдник	220/270	301/394
	Итого за день:	1230/1540	1293/1722



Ежедневное меню основного (организованного) питания
 МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
 на 19 марта 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	115
	Чай с молоком	180	40
	Итого за завтрак:	380	425
Второй завтрак	Сок	150	69
	Итого за второй завтрак:	150	69
	Борщ с фасолью	200	95
	Котлеты из говядины	70	200
	Каша рассыпчатая	150	244
	Овощи натур. соленые	30	4
	Хлеб пшеничный	40	106
Обед	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	119
	Итого за обед:	740	835
	Булочка домашняя	70	272
	Йогурт	180	90
Полдник углеотенный	Яйца вареные	20	32
	Каша «Дружба»	200	226
	Итого за полдник углеотенный:	470	616
Итого за день:	1740	1948	