

Утверждено
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад №15 «Дельфин»
М.В. Топольская

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 23 июля 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	150/200	158,2/211
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
	Кофейный напиток	150/180	59,3/71,1
	Итого за завтрак:	330/420	308,8/396,7
Второй завтрак	Фрукты	100/100	44/44
	Итого за второй завтрак:	100/100	44/44
Обед	Суп с мясными фрикадельками	150/15-180/18	88,5/106,27
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/80	70/95
	Картофельное пюре	110/130	101,2/119,6
	Овощи натуральные	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
Полдник	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
	Компот из сухофруктов	150/200	54,9/111,8
	Итого за обед:	585/748	460,8/624,87
	Вареники ленивые (отварные)	65/105	144/218
Полдник уплотненный	Молоко кипяченое	150/180	85/102
	Итого за полдник	215/290	229/320
	Итого за день:	1230/1558	1042,6/1385,5

Возрастная категория: 3 - 7 лет
Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 23 июля 2024г

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	211
	Бутерброд с маслом	40	114,6
	Кофейный напиток	180	71,1
Второй завтрак	Итого за завтрак:	420	396,7
	Фрукты	100	44
Обед	Итого за второй завтрак:	100	44
	Суп с мясными фрикадельками	180/18	106,27
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	95
	Картофельное пюре	130	119,6
	Овощи натуральные	50	12
Полдник	Хлеб пшеничный	50	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
	Компот из сухофруктов	200	111,8
	Итого за обед:	748	624,87
Полдник уплотненный	Вареники ленивые (отварные)	105	218
	Молоко кипяченое	180	102
	Сыр (порциями)	15	54
Полдник уплотненный	Итого за полдник уплотненный:	305	374
	Итого за день:	1573	1439,5