

**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 16 октября 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 гречневая молочная	130/200	144/222	
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115	
	Какао с молоком	150/180	89/107	
	Итого за завтрак:	310/420	324/444	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69	
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	63/84	
	Котлеты припущенные	50/70	94/132	
	Рагу из овощей	110/130	99/117	
	Овощи натуральные	30/50	7/12	
	Хлеб пшеничный	15/20	40/53	
	Хлеб ржаной	40/50	59/74	
	Компот из фруктов	150/180	74/88	
	Итого за обед:	545/740	436/560	
	Поддник	Омлет паровой	65/85	126/159
		Хлеб пшеничный	15/20	40/53
Чай с лимоном		150/180	29/41	
Икра кабачковая		40/60	28/42	
Итого за поддник:		270/345	202/295	
	Итого за день:	1275/1655	1025/1368	



**Ежедневное меню основного (организованного) питания
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»
на 16 октября 2024г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции	
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	222	
	Бутерброд с маслом	40	115	
	Какао с молоком	180	107	
	Итого за завтрак:	420	444	
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69	
	Итого за второй завтрак:	150	69	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	84	
	Котлеты припущенные	70	132	
	Рагу из овощей	130	117	
	Овощи натуральные	50	12	
	Хлеб пшеничный	20	53	
	Хлеб ржаной	50	74	
	Компот из фруктов	180	88	
	Итого за обед:	740	560	
	Поддник	Омлет паровой	85	159
		Хлеб пшеничный	20	53
Икра кабачковая		60	42	
Чай с лимоном		180	41	
Печенье овсяное		50	44	
	Итого за поддник уплотненный:	375	339	
	Итого за день:	1685	1412	

