

**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 24 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 (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Каша пшениная молочная	150/200	158/203
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Кофейный напиток	150/180	59/71
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>330/420</b>	<b>308/389</b>
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100/100	44/44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100/100</b>	<b>44/44</b>
	Щи из свежей капусты	150/200	46/68
Обед	Биточки рыбные, соус том.	50/20/70/30	70/100
	Картофельное пюре	110/130	101/120
	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Кисель	150/180	67/80
	<b>Итого за обед:</b>	<b>580/750</b>	<b>430/559</b>
Оладьи		65/130	183/330
Чай с лимоном		150/180	29/41
Вареное яйцо		40/40	63/63
<b>Итого за полдник</b>		<b>255/350</b>	<b>275/434</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1265/1620</b>	<b>1057/1425</b>

**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 24 октября 2024г**

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калориность порции
Завтрак	Каша пшениная молочная	200	203
	Бутерброд с маслом	40	115
	Кофейный напиток	180	71
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>420</b>	<b>389</b>
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	100	44
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44</b>
	Щи из свежей капусты	200	68
Обед	Биточки рыбные, соус том.	70/30	100
	Картофельное пюре	130	120
	Овощи натуральные	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Кисель	180	8
	<b>Итого за обед:</b>	<b>750</b>	<b>559</b>
Оладьи		130	330
Чай с лимоном		180	41
Вареное яйцо		40	63
Каша геркулесовая молочная		200	211
<b>Итого за полдник</b>		<b>550</b>	<b>645</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1820</b>	<b>1636</b>