

**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 01 ноября 2024г**

**Возрастная категория: 3 - 7 лет**

**Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов**

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калории порции
Завтрак	Запеканка творожная	100/20	349
	Бутерброд с маслом	40	115
	Какао с молоком	180	107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>340</b>	<b>571</b>
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150	90
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>150</b>	<b>90</b>
	Борщ с капустой	180	91
	Перец фаршированный	190	167
	Овощи натуральные	50	12
Обед	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74
	Компот из сухофруктов	200	112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>710</b>	<b>562</b>
Полдник	Оладьи	50	175
	Сок	180	83
	Вареное яйцо	40	63
	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>305</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1450</b>	<b>1522</b>



**Ежедневное меню основного (организованного) питания  
МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад №15 «Дельфин»  
на 01 ноября 2024г**

**Возрастная категория: 1-3 года, 3--7 лет**

**Длительность пребывания детей в МБДОУ: 10,5- часов**

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (ясн/сад)	Калорийность порции
Завтрак	Запеканка творожная	70/20-100/20	244/349
	Бутерброд с маслом	30/40	91/115
	Какао с молоком	150/180	89/107
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>270/340</b>	<b>424/571</b>
Второй завтрак	Молоко кипяченое	130/150	74/85
	<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>130/150</b>	<b>74/85</b>
	Борщ с капустой	150/180	71/91
	Перец фаршированный	135/190	124/213
Обед	Овощи натуральные	30/50	7/12
	Хлеб пшеничный	30/40	80/106
	Хлеб ржаной	40/50	59/74
	Компот из сухофруктов	150/200	55/112
	<b>Итого за обед:</b>	<b>535/710</b>	<b>396/562</b>
Полдник	Оладьи	50/50	175/175
	Сок	150/180	69/83
	Вареное яйцо	200/230	244/258
	<b>Итого за день:</b>	<b>1135/1430</b>	<b>1138/1475</b>

