



Утверждено
 Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
 «Детский сад №15 «Дельфин»
 Мещеряков М.В. Тополевская
 на 09 декабря 2024г

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

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	Макаронны отварные с сыром	120/160	198/270
	Бутерброд с маслом	30/40	91,3/114,6
	Чай с молоком	150/180	28/40
	Итого за завтрак:	300/380	317,3/425,6
Второй завтрак	Сок фруктовый	150/150	69/69
	Итого за второй завтрак:	150/150	69/69
	Свекольник со сметаной	150/180	58,2/69,8
	Плов из отварной говядины	150/200	264/352
Обед	Овощи нат. соленья	30/50	7,2/12
	Хлеб пшеничный	30/40	79,6/106
	Хлеб ржаной	40/50	59,4/74,2
	Компот из сухофруктов	150/200	54,9/111,8
Полдник	Итого за обед:	540/720	518,9/725,8
	Булочка домашняя	50/70	194,2/271,8
	Кисломолочный продукт	150/180	75/90
	Яйца вареные	20/20	31,5/31,5
Итого за день:	Итого за полдник	220/270	300,7/393,3
	Итого за день:	1210/1520	1205,9/1612,7



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

Возрастная категория: 3-7 лет

Длительность пребывания детей в МБДОУ: 12- часов

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	160	270
	Бутерброд с маслом	40	114,6
	Чай с молоком	180	40
	Итого за завтрак:	380	425,6
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	69
	Итого за второй завтрак:	150	69
	Свекольник со сметаной	180	69,8
	Плов из отварной говядины	200	352
Обед	Овощи натур. соленья	50	12
	Хлеб пшеничный	40	106
	Хлеб ржаной	50	74,2
	Компот из сухофруктов	200	111,8
Полдник	Итого за обед:	720	725,8
	Булочка домашняя	70	271,8
	Яйца вареные	20	31,5
	Кисломолочный продукт	180	90
Итого за день:	Каша молочная гречневая	200	222,4
	Итого за полдник	470	615,7
Итого за день:	1720	1835	